

โควิทกถา

รวมเทศนาในสถานการณ์โควิด

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

โควิทกถา รวมเทศนาในสถานการณ์โควิด พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)



โควิทกถา

รวมเทศนาในสถานการณ์โควิด

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

พิมพ์แจกเป็นธรรมบรรณาการ

เนื่องในการบำเพ็ญกุศลอายุวัฒนมงคล ๖๖ ปี

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

กรรมการมหาเถรสมาคม

เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร

อุปนายกสภามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ประธานศูนย์พระปริยัตินิเทศก์แห่งคณะสงฆ์

ประธานสภาสากลวันวิสาขบูชาโลก (ICDV)

วันที่ ๑๖ - ๑๗ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔

คำปรารภ

หนังสือ *โควิทกถา รวมเทศนาในสถานการณ์โควิด* เล่มนี้เป็นผลจากการรวบรวมบทพระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถจำนวน ๑๗ กัณฑ์ ที่พระธรรมกถึกได้แสดงผ่านสื่อสังคมออนไลน์และวิทยุโทรทัศน์จากพระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ในวันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ และวันแรม ๑๔ หรือ ๑๕ ค่ำ การแสดงธรรมนี้เน้นเรื่องการประยุกต์ใช้ธรรมในสถานการณ์โควิด ๑๙ เป็นสำคัญ โดยแสดงเป็นซีรีส์ใช้เวลาต่อเนื่องยาวนานถึงหนึ่งปีครึ่ง เริ่มตั้งแต่กัณฑ์แรกคืออัตตรักขกถาแสดงเมื่อวันที่ ๘ มีนาคม ๒๕๖๓ จนถึงกัณฑ์ล่าสุดก่อนปิดต้นฉบับคือสุขวินทนกถาแสดงเมื่อวันที่ ๘ สิงหาคม ๒๕๖๔ การแสดงธรรมในซีรีส์นี้ยังคงดำเนินต่อไปภายในพระอุโบสถวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร จนกว่าสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด ๑๙ จะเข้าสู่สภาพที่ควบคุมได้

หนังสือเล่มนี้นำเสนอวิธีการแสดงธรรมให้ทันสถานการณ์ มีวัตถุประสงค์เพื่อแจกธรรมโอสถแก่คนไทยในยามประสบภัย ๒ ประการ คือ โรคภัยและทุพภิกขภัยอันเนื่องมาจากโรคระบาดโควิด ๑๙ ที่ร้ายแรงที่สุดในรอบร้อยปี ในยามนี้ การเอาชนะโควิด ๑๙ เป็นวาระแห่งชาติที่คนไทยทุกคนต้องสามัคคีร่วมแรงร่วมใจกันจึงจะสามารถผ่านพ้นวิกฤตการณ์ครั้งนี้ไปได้ เนื้อหาของบทเทศนาแต่ละบทเป็นเหมือนบันทึกช่วยจำความเพียรพยายามของชาวไทยและชาวโลกในการเอาชนะโควิด ๑๙ ด้วยวิถีชีวิตแบบนิวนอร์มอล คือ สวมหน้ากากอนามัย ล้างมือ รักษาระยะห่างทางสังคมด้วยการอยู่บ้าน หยุดเชื้อ เพื่อชาติ รวมทั้งความลำบากในการแสวงหาวัคซีนป้องกันและยารักษาโรคโควิด ๑๙

การดำเนินชีวิตในยุคนิวนอร์มอลนี้จะเป็นไปด้วยดีถ้ามีหลักธรรมกำกับ บทเทศนาในหนังสือนี้จะช่วยไขความกระจ่างเกี่ยวกับหลักธรรมที่กำกับนั้นและแสดงให้เห็นว่าธรรมเป็นอกาลิโก คือไม่ถูกจำกัดด้วยกาลเวลา หมายความว่า พุทธธรรมยังใช้แก้ปัญหาได้ดีทุกยุคทุกสมัย พระพุทธเจ้าทรงค้นพบพระธรรมแล้วนำมาประกาศเปิดเผยให้ชาวโลกได้รับรู้ แต่ธรรมจะมีคุณค่าต่อสังคมแต่ละยุคแต่ละสมัยมากน้อยเพียงใดก็ขึ้นอยู่กับว่ามีการนำหลักธรรมไปสร้างนวัตกรรมเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องให้แก่สังคมยุคนั้น ๆ ได้มากน้อยเพียงใด บทเทศนาในหนังสือนี้เป็นตัวอย่างของความพยายามในการสร้างนวัตกรรมแห่งการดำเนินชีวิตที่ดีงามในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด ๑๙

ความจำเป็นในการรักษาระยะห่างทางสังคมในสถานการณ์โควิด ๑๙ ได้กำหนดให้วัดประยุรวงศาวาสวรวิหารจัดการแสดงพระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถโดยไม่มีคนนั่งฟังพระธรรมเทศนาภายในพระอุโบสถ ทั้งนี้เพราะทางวัดได้ปรับวิธีการสื่อธรรมให้เหมาะกับยุคสมัยโดยอาศัยนวัตกรรมทางเทคโนโลยีด้านการสื่อสาร กล่าวคือ การแสดงธรรมทุกครั้งมีการถ่ายทอดสดผ่านสื่อสังคมออนไลน์และนำไปออกอากาศทางสถานีวิทยุโทรทัศน์ พร้อมกับช่วยให้ทุกคนสามารถเข้าชมย้อนหลังได้ที่เว็บไซต์ของวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ยิ่งไปกว่านั้นยังมีการถอดเทปบันทึกเสียงการแสดงพระธรรมเทศนาแล้วทำเป็นหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ให้ทุกคนสามารถเข้าไปอ่านได้ในเว็บไซต์ของวัดเช่นเดียวกัน

มูลนิธิสิริวัฒนภักดี นำโดย คุณเจริญ คุณหญิงวรรณา สิริวัฒนภักดี คุณฐาปน คุณปภัชญา สิริวัฒนภักดี พิจารณาเห็นคุณค่าของบทเทศนาเหล่านี้จึงอาสานำมารวมพิมพ์เป็นรูปเล่มหนังสือเพื่อเผยแพร่เป็นธรรมทานต่อไป

ทางวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร จึงขออนุโมทนาในกุศลศรัทธาของมูลนิธิสิริวัฒนภักดีและบริษัท ไทยเบฟเวอเรจ จำกัด (มหาชน) มา ณ โอกาสนี้

(พระพรหมบัณฑิต)
เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร
กรรมการมหาเถรสมาคม
อุปนายกสภามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ประธานสภาสากลวันวิสาขบูชาโลก

สารบัญ

อัตตรักขกถา
ว่าด้วยการรักษาตน*

อตฺตานํ ภิกฺขเว รกฺขนฺโต ปรํ รกฺขติ ปรํ รกฺขนฺโต อตฺตานํ รกฺขตีติ ฯ

(สํ. มหา. ๑๑/๗๖๒)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนาใน**อัตตรักขกถา ว่าด้วยการรักษาตน** เพื่อเป็นเครื่องประคับประคองฉลองศรัทธาประดับปัญญาบารมีแด่สาธุชนญาติโยมทั้งหลาย ผู้ตั้งใจมาบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศล เนื่องในวันพระใหญ่ขึ้น ๑๕ ค่ำ อันเป็นวันธรรมสวนะ เป็นวันฟังธรรม สำหรับธรรมะที่จะพรรณนาในวันนี้ เกี่ยวข้องกับสถานการณ์บ้านเมืองในปัจจุบัน ซึ่งนับเป็นความห่วงใยเป็นความกังวลของประชาชนทั่วประเทศและทั่วทั้งโลก เนื่องจากการระบาดของ**เชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ โควิด ๑๙** ซึ่งนับว่าเป็นปัญหาที่ประชาชนทั่วทั้งโลกกำลังเผชิญอยู่ในขณะนี้

เกิดคำถามขึ้นมากมายว่า ในภาวะเช่นนี้จะดำรงชีวิตกันอย่างไร จึงจะปลอดภัยจากเชื้อโรคนี้ไปได้ พร้อมเผชิญหน้า และก้าวผ่านวิกฤตการณ์ระดับโลกครั้งนี้ไปได้ ธรรมะของพระพุทธศาสนาข้อใดที่จะเป็นไปเพื่อประโยชน์ เพื่อการเป็นอยู่อย่างปกติสุขในภาวะเช่นนี้ได้ ในวันนี้อาตมภาพจึงได้ยกเรื่องอัตตรักขกถา มาพรรณนา เพื่อเป็นเครื่องเตือนใจ ให้กำลังใจ เตือนสติ แก่ทุกท่าน

การรักษาตนเป็นไปตามพระบาลีที่ยกไว้ ณ เบื้องต้นว่า **"อตฺตานํ ภิกฺขเว รกฺขนฺโต ปรํ รกฺขติ ปรํ รกฺขนฺโต อตฺตานํ รกฺขติ"** แปลความว่า **"ภิกษุทั้งหลาย บุคคลเมื่อรักษาตน ชื่อว่ารักษาคนอื่น เมื่อรักษาคนอื่น ชื่อว่ารักษาตน"** คำว่า **"รักษา"** หมายถึง **คุ้มครอง ป้องกัน ดูแล** ในสถานการณ์เช่นนี้ ถ้าเราดูแลตนเองให้ปลอดภัยจากไวรัส ก็เท่ากับรักษาคุ้มครองคนที่บ้าน คุ้มครองคนในสังคม คุ้มครองคนในประเทศ เพราะจะได้ไม่เป็นคนแพร่เชื้อให้ผู้อื่น การรักษาตนก็ชื่อว่ารักษาคุ้มครองผู้อื่น การคุ้มครองผู้อื่น ก็ชื่อว่ารักษาตน

---

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านทางโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๔) ให้แก่ภิกษุ-สามเณร คณะอุบาสก-อุบาสิกา และสาธุชน ณ พระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๘ มีนาคม ๒๕๖๓

เหตุใด จึงเรียกว่า คุ้มครองคนอื่นชื่อว่ารักษาตน

เหตุก็มาจาก **“ความรัก ความห่วงใย”** คนเราย่อมต้องมีความรัก ความห่วงใย ลูกหลาน จึงต้องเริ่มต้นป้องกันตัวเองจากการติดเชื้อด้วยการสวมใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ เป็นการแสดงความห่วงใยคนรักและคนในครอบครัว ถ้าดูแลป้องกันตัวเองได้ดีมากเท่าไร ก็เป็นการช่วยคุ้มครองป้องกัน คนอื่นไปในตัวด้วย

สื่อโฆษณาต่าง ๆ เกี่ยวกับการขับรถในขณะมึนเมา เป็นการเตือนสติให้รู้ว่า อย่าขับรถเร็วและขับด้วยความประมาท เพราะว่า “คนที่บ้านรอคุณอยู่” เมาแล้วไม่ขับ ด้วยความรักในตนเอง ความรักลูก รักภรรยา จึงไม่ดื่ม เมื่อเมาก็อย่าขับ หรือไม่ประมาทในขณะขับรถ

การห่วงใยผู้อื่น ทำให้คุ้มครองตนเอง เมื่อตนเองปลอดภัย ผู้อื่นก็ปลอดภัยตามไปด้วย แต่เมื่อไม่นึกถึงผู้อื่น ขับไปด้วยความประมาท ขาดความเคารพกฎจราจร ขับรถตามใจตัวเอง อย่างนี้ถ้าไม่ขับไปชนเขา เขาก็ขับมาชนเรา ย่อมทำให้เกิดอุบัติเหตุ ก่อให้เกิดผลเสียอื่น ๆ ตามมามากมาย

วัยรุ่นบางคน ผิดหวังเรื่องความรัก ซึมเศร้า ไม่ได้นึกถึงผู้อื่น นึกถึงแต่ตนเอง ทำร้ายตนเองเพื่อประชดผู้อื่น ไม่ได้เป็นห่วงความรู้สึกของพ่อแม่ ที่ได้เลี้ยงมาตั้งแต่แรกเกิด กว่าจะโตมาได้ต้องเสียเงิน เสียหยาดเหงื่อขนาดไหน แต่เมื่อไรที่คิดถึงผู้อื่น นึกถึงความรู้สึกผู้อื่น นึกถึงพ่อแม่ ปู่ย่าตายาย จะไม่ทำร้ายตนเอง เพราะห่วงใยผู้อื่น ให้ความสำคัญกับคนรอบข้าง ให้กับคนที่รัก เช่นนี้ชื่อว่า **“รักผู้อื่น เท่ากับรักตนเอง”**

ในสถานการณ์ปัจจุบันนี้ก็เช่นเดียวกัน เมื่อรักและห่วงใยคนไทยทั้งประเทศ ไม่ควรทำตัวให้อยู่ในภาวะเสี่ยงในการติดเชื้อโรค ด้วยการเดินทางไปประเทศที่เสี่ยงติดเชื้อโรค จะได้ไม่นำเชื้อโรคมาติดคนไทยด้วยกัน **หรือใครมีความจำเป็นต้องไป กลับมาแล้ว จะป่วยหรือไม่ป่วยต้องรู้หน้าที่ตนเอง ให้กักตนเองดูอาการ ๑๔ วัน ถ้ารู้ว่าตนเองไม่สบาย ก็ควรกักตัวอยู่แต่ในบ้าน ไม่ต้องเดินทางไปที่ไหนให้แพร่เชื้อ** และต้องใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือเป็นประจำเมื่อเวลาจามหรือไอ จะได้ไม่เป็นพาหะในการแพร่เชื้อโรค สมดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกขึ้นไว้เป็นนิกเขปบทเบื้องต้นว่า **“อตฺตานํ ภิกฺขเว รกฺขนฺโต ปรํ รกฺขติ” เป็นต้น** แปลความว่า **“ภิกษุทั้งหลาย บุคคลเมื่อรักษาตน ชื่อว่ารักษาคนอื่น เมื่อรักษาคนอื่น ชื่อว่ารักษาตน”** หมายถึงการมีปฏิสัมพันธ์ มีน้ำใจต่อกัน สังคมจะอยู่ยั่งยืนได้ต้องอยู่ด้วยการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน สังคมไม่สามารถดำรงอยู่ได้ เพราะความเห็นแก่ตัว การใส่ใจต่อคนอื่น นึกถึงความสำคัญของคนอื่น ทำให้รักตนเอง พยายามคุ้มครองปกป้องตนเองจากโรคร้ายครั้งนี้ เมื่อปกป้องตัวเองดีแล้ว ก็ชื่อว่า **“ปกป้องคนอื่นด้วย”**

การจะรักษาตนเองได้ดีนั้น ต้องมีความสัมพันธ์กับความรักความห่วงใยต่อคนอื่นด้วย ที่เทศน์เรื่องนี้วันนี้ก็เพราะเป็นห่วงผู้อื่น ห่วงพระด้วยกัน ห่วงญาติโยม จึงต้องเทศน์เรื่องนี้เพื่อเตือนสติ ให้ความรู้แก่กัน

ในสังคมระดับโลกตอนนี้ มีการแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ มีการร่วมมือกันทำวิจัย เพื่อคิดค้นทำวัคซีนสำหรับป้องกันเชื้อไวรัสโคโรนา เช่นนี้ก็เป็นการแสดงถึงความห่วงใยซึ่งกันและกัน

ถ้าหากว่าแต่ละประเทศคิดเอาตัวรอดเพียงลำพังประเทศตนเอง คิดว่าไม่เกี่ยวกับตนเอง เป็นปัญหาของประเทศที่เป็นตัวแพร่เชื้ออย่างจีนประเทศเดียว ไม่เกี่ยวกับประเทศตนเอง ถ้าคิดในลักษณะนี้ไม่นานเชื้อโรคก็ระบาดไปทั่วโลก ทุกประเทศต้องให้ความร่วมมือกันและกันในการป้องกัน ควบคุม ดูแลรักษาประชาชนในประเทศของตนเอง ไม่ให้ติดเชื้อ ไม่ให้ไปแพร่เชื้อ

ตอนนี้ มีประเทศหรือดินแดนที่มีผู้ติดเชื้อโรคไวรัสโคโรนาแล้ว ๑๐๐ ประเทศ และคงไม่หยุดอยู่แค่นี้ ยังคงจะแพร่ระบาดไปทั่วโลก จะมีจำนวนคนติดเชื้อเพิ่มขึ้นทุกวัน จนขณะนี้จากการประกาศล่าสุด คนที่ได้รับการตรวจและยืนยันว่าติดเชื้อแล้วแสนกว่าคน ไม่นับกลุ่มที่รอดูอาการ หรือผู้ติดเชื้อที่ยังไม่แสดงอาการอีกมีเป็นจำนวนมาก

จะเห็นได้ว่าส่งผลกระทบกับทุกฝ่าย ทุกประเทศ ไม่ทางตรงก็ทางอ้อม ทุกหน่วยงานได้รับผลกระทบเหมือนกันหมด ทั้งภาคเศรษฐกิจ การเมือง การปกครอง กิจการค้าขายทั้งภายในและภายนอกประเทศ แม้กระทั่งภายในวัด กิจกรรมทางพระพุทธศาสนาก็ได้รับผลกระทบเช่นเดียวกัน

กิจกรรมเกี่ยวกับพระพุทธศาสนาหลายอย่างต้องยกเลิก เช่น งานบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อนที่จะจัดในช่วงปิดภาคเรียนต้องยกเลิก งานวิสาขบูชาโลกจะจัดกันเฉพาะคนไทยเท่านั้น ไม่ได้เชิญนานาชาติมาร่วมงานที่ประเทศไทยเหมือนทุกปีที่ผ่านมา งานประชุมทางศาสนาหลายแห่ง หลายกิจกรรม ต้องยกเลิกหรือเลื่อนออกไปอย่างไม่มีกำหนด กิจกรรมอุปสมบทพระภิกษุเนื่องในวันวิสาขบูชาทั่วประเทศต้องระงับเอาไว้ เพื่อเป็นการป้องกัน และเพื่อความปลอดภัย

การกล่าวลักษณะนี้ ไม่ได้หมายความว่าให้ตื่นตระหนกตกใจ หวาดระแวง ทุกอย่างที่ถูกระงับหรือยกเลิกไปนั้น เป็นการป้องกันไม่ให้เชื้อโรคแพร่ระบาด ไม่ให้ลุกลามภายในประเทศไทยเป็นเหตุผลหลักอีกประการหนึ่ง ต้องป้องกันตนเอง ป้องกันสังคม แต่ไม่ได้หมายว่าต้องไปตั้งแง่รังเกียจ หรือกีดกันซึ่งกันและกัน ว่าจะนำเชื้อโรคร้ายมาติด สิ่งสำคัญคือต้องทำความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเชื้อโรคให้ละเอียดรู้เพื่อรักษาตน อันจะนำไปสู่การรักษาคนอื่นต่อไป

“การรักษาตน” นั้นเป็นดังที่พระพุทธเจ้าทรงเล่าเรื่องนักกายกรรม ๒ คน คืออาจารย์กับลูกศิษย์ ที่มีอาชีพในการแสดงกายกรรมเพื่อแลกกับเงินรางวัลหาเลี้ยงชีพ คนหนึ่งเป็นอาจารย์รูปร่างกำยำสูงใหญ่ มีหน้าที่ในการยกหรือเทินไม้ไผ่ยาว ๆ ไว้บนศีรษะตัวเอง ส่วนอีกคนเป็นหญิงสาวเป็นลูกศิษย์ เป็นนักแสดงร่ายรำบนราวไม้ไผ่ที่อาจารย์ยกขึ้นเหนือศีรษะนั้น เหมือนการแข่งขันยิมนาสติก การร่ายรำบนราวไม้ไผ่ที่ยกเทินศีรษะของอาจารย์เต็มไปด้วยความสวยสดงดงาม ผสมผสานกับอาการน่าหวาดเสียวชวนตื่นเต้น เรียกความสนใจให้คนมาดูเป็นจำนวนมาก เมื่อการแสดงจบลง ก็จะได้รับเสียงปรบมือ และเงินรางวัลมากมาย

ครั้งหนึ่ง**อาจารย์กล่าวกับลูกศิษย์**ว่า "เธอไม่ต้องกลัวนะ ฉันจะดูแลเธออย่างดี ขณะเดียวกันเธอก็ต้องดูแลฉันให้ดีด้วยเหมือนกัน เราจะต้องดูแลซึ่งกันและกัน การแสดงของเราจึงจะสำเร็จเป็นที่ชื่นชอบชื่นชม ได้รางวัลจากผู้ชม"

แต่**ลูกศิษย์กลับย้อนแย้งคำของอาจารย์**ว่า "ที่อาจารย์กล่าวมาเช่นนั้น ไม่ถูกต้อง ความจริงก็คืออาจารย์ต้องดูแลตัวอาจารย์เองให้ดี ส่วนฉันก็จะดูแลตนเองให้ดี เมื่อต่างฝ่ายต่างดูแลตนเองเป็นอย่างดี ทำหน้าที่ตนเองให้ดี ก็จะเป็นการรักษาดูแลกันและกันโดยอัตโนมัติ จะทำให้เราทั้งคู่สามารถแสดงกายกรรมได้อย่างปลอดภัย ไม่ต้องห่วงหน้าพะวงหลัง"

พระพุทธเจ้าตรัสถามว่า "ระหว่างอาจารย์กับลูกศิษย์ ใครพูดถูกต้อง"

พระพุทธองค์ตรัสเฉลยไว้ว่า **"ลูกศิษย์พูดถูก"** ทั้งอาจารย์และลูกศิษย์ต้องทำหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุด อาจารย์ต้องดูแลตนเองให้ดี ลูกศิษย์ก็ต้องดูแลตนเองให้ดี อาจารย์ต้องมีสมาธิควบคุมไม้ไผ่ให้อยู่ในระดับพอดีพอเหมาะแก่การแสดง ไม่ให้ไหวไปไหวมาตามแรงการเคลื่อนไหวร่ายรำของลูกศิษย์ ขณะที่ลูกศิษย์ร่ายรำบนปลายไม้ไผ่นั้น ก็ต้องรักษาสมดุลจังหวะการเยื้องกรายของตนเองให้พอดีพอเหมาะ รักษาจังหวะการทรงตัวเองให้ดี จึงจะชื่อว่า **"รักษาตนเอง และรักษาซึ่งกันและกัน"**

ผู้โดยสารบนเครื่องบิน จะเห็นพนักงานสาธิตการใช้เครื่องมือป้องกันภัยบนเครื่องบิน มีตอนหนึ่งที่พูดถึงว่าถ้าเครื่องบินตกหลุมอากาศ หรือเกิดเหตุฉุกเฉินบนเครื่องบิน ผู้โดยสารควรทำอย่างไร มีข้อความแนะนำว่า "ถ้าเกิดเหตุฉุกเฉิน เมื่อหน้ากากออกซิเจนตกลงมา ให้ผู้โดยสารหยิบหน้ากากสวมใส่ให้ตนเองก่อน จากนั้นจึงค่อยสวมใส่ให้คนอื่นที่อยู่ข้าง ๆ จะเป็นเด็กหรือคนชรา ที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้" เหตุที่ต้องเตือนแบบนั้น เป็นการป้องกันว่า ถ้าห่วงแต่คนอื่น ลืมห่วงตัวเอง เพราะพยายามสวมหน้ากากออกซิเจนให้เด็กหรือผู้อื่น ขณะที่ตนเองกำลังขาดอากาศหายใจ ไม่ทันได้สวมใส่ให้ผู้อื่นเสร็จ อาจขาดใจตายก่อนได้ หรืออาจตายด้วยกันทั้งคู่ จึงจำเป็นต้องช่วยตนเองก่อนจะไปช่วยเหลือผู้อื่น

พระพุทธเจ้าตรัสว่า "เราต้องคุ้มครองตัวเองด้วยสติ" **มีสติสัมปชัญญะ รู้เท่าทันปัจจุบัน รู้เท่าทันเหตุการณ์** เป็นการปกป้องคุ้มครองตนเอง เมื่อปกป้องคุ้มครองตนเองดีแล้ว ก็เท่ากับปกป้องคุ้มครองผู้อื่นไปในตัว เช่นเดียวกันกับคนขับรถโดยสารสาธารณะต้องไม่ประมาทในขณะขับรถ ไม่จำเป็นต้องมาดูแลผู้โดยสาร หน้าที่ของคนขับรถคือขับรถอย่างไรให้ปลอดภัย ถ้าห่วงหน้าพะวงหลัง มองดูผู้โดยสารมากกว่ามองดูหนทาง จะทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย ๆ เป็นการไม่รักษาคุ้มครองตนเอง ขณะเดียวกันก็ไม่คุ้มครองผู้อื่นด้วยเช่นเดียวกัน

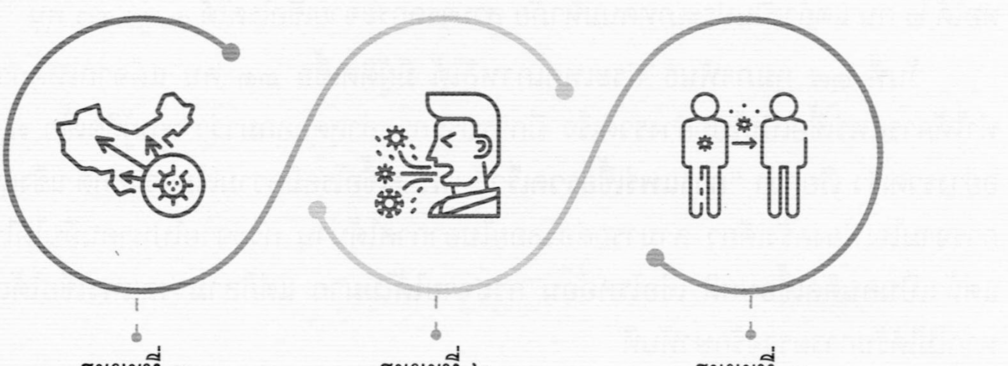
การมีสติ รู้เท่าทันปัจจุบัน รู้เท่าทันเหตุการณ์ของคนภายในประเทศ จะช่วยให้ประเทศไทยผ่านพ้นวิกฤตครั้งนี้ไปได้ อย่าทำตนเองให้ตกอยู่ในภาวะเสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคโควิด ๑๙ ซึ่งเป็นชื่ออย่างเป็นทางการของเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ โดยใช้ชื่อว่า **"COVID-19"**

ซึ่งย่อมาจาก คำว่า "Coronavirus Disease Starting in 2019" หรือโรคไวรัสโคโรนาที่เริ่มต้นในปี ๒๕๖๒ มีการประกาศชื่อนี้โดยองค์การอนามัยโลก เมื่อวันที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓ ไวรัสนี้เป็นกลุ่มของเชื้อไวรัสที่สามารถก่อให้เกิดโรคทางเดินหายใจ ซึ่งไวรัสในกลุ่มนี้มีหลายสายพันธุ์ ส่วนใหญ่ทำให้เกิดอาการที่ไม่รุนแรง คือ เป็นไข้หวัดธรรมดา ในขณะที่บางสายพันธุ์อาจก่อให้เกิดอาการรุนแรงจนเป็นปอดอักเสบได้ เช่น โรคติดเชื้อไวรัสทางเดินหายใจตะวันออกกลาง **เมอร์ส (MERS - CoV)** หรือ **โรคซาร์ส (SARS)**

ไวรัสโควิด ๑๙ อยู่ในกลุ่มโคโรนาที่มีการค้นพบใหม่ ไม่เคยปรากฏว่ามีการติดเชื้อไวรัสชนิดนี้ในคนมาก่อน พบครั้งแรกที่เมืองอู่ฮั่น มณฑลหูเป่ย สาธารณรัฐประชาชนจีน ในช่วงปลายปี ๒๕๖๒ รายงานการพบครั้งแรกที่เมืองอู่ฮั่น ประเทศจีน เมื่อวันที่ ๓๐ - ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๒ จีนรายงานว่ามีผู้ติดเชื้อที่อู่ฮั่น ๔๑ คน ปัจจุบันเชื้อไวรัสได้กระจายไปทั่วโลก แสดงให้เห็นว่าไม่สามารถควบคุมโรคเอาไว้ได้

ประเทศไทยเป็นประเทศแรกที่ตรวจพบคนติดเชื้อไวรัสโคโรนา เป็นประเทศที่ ๒ ต่อจากประเทศจีน รัฐบาลประกาศวันที่ ๑๒ มกราคม ๒๕๖๓ ว่าพบคนติดเชื้อไวรัสในประเทศไทยเป็นคนแรก โดยเป็นหญิงชาวจีนซึ่งเดินทางทางมาจากอู่ฮั่นเพื่อมาเที่ยวประเทศไทย มีอาการป่วยและตรวจพบไวรัส ต้องขอชื่นชมสาธารณสุขของไทยที่ตรวจพบได้รวดเร็ว หลายประเทศในทวีปยุโรปจึงมีการประกาศเตือนนักท่องเที่ยวของตนเองและประกาศเตือนว่าประเทศไทยเป็นดินแดนอันตราย เป็นหนึ่งในประเทศที่มีความเสี่ยงต่อโควิดเป็นอย่างมากรองจากประเทศจีน สาเหตุเพราะในรอบ ๕ ปีที่ผ่านมา ประเทศไทยเป็นดินแดนที่ชาวจีนมาเที่ยวมากสุดในโลก ตอนนี้กลายเป็นว่าหลายประเทศทั่วโลกได้รับผลกระทบเหมือนกันหมด ยกเว้นขั้วโลกเหนือและขั้วโลกใต้

ในสถานการณ์ตอนนี้ ประเทศไทยได้ประกาศภาวะวิกฤตโควิดแบ่งเป็น ๓ ระยะ คือ



ระยะที่ ๑
คนจีนที่อู่ฮั่น
ติดโควิดมาแพร่เชื้อ
ในประเทศไทย

ระยะที่ ๒
คนไทยติดโควิด
จากนักท่องเที่ยว
ที่มาเที่ยวในไทย

ระยะที่ ๓
คนไทยติดเชื้อโควิด
จากคนไทยด้วยกันเอง

คนไทยติดเชื้อโควิดคนแรกเมื่อวันที่ ๓๐ มกราคม ๒๕๖๓ เป็นคนขับรถแท็กซี่ ติดเชื้อมาจากนักท่องเที่ยวชาวจีน ใครที่ใช้บริการแท็กซี่คันนั้นหรือไปสัมผัสใกล้ชิดกับคนขับแท็กซี่ หน่วยงานรัฐเรียกตามตัวมาตรวจหาเชื้อโควิด เพื่อควบคุมป้องกันไม่ให้แพร่ระบาดไปมากกว่านั้น

เกิดเหตุการณ์คุณป้ามหาภัยในเกาหลีใต้ ประมาณวันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์ ๖๓ คนไข้รายที่ ๓๑ ของเกาหลี ป่วยเป็นหวัด มีอาการไอจาม ไปหาหมอก็บอกหมอว่าเป็นไข้หวัดธรรมดา ไม่ยอมเข้ารับการตรวจหาเชื้อไวรัส พอถึงวันที่ ๑๗ กุมภาพันธ์ ผลการตรวจยืนยันว่าคุณป้าป่วยติดเชื้อไวรัสโคโรนาหรือโควิด ๑๙ แต่ระหว่างที่คุณป้าติดเชื้อนั้น คุณป้าได้เดินทางไปตามสถานที่ต่าง ๆ มากมาย ไปประชุมกิจกรรมศาสนาตามลัทธิศาสนาของตน ซึ่งมีคนจำนวนมากเข้าร่วมประชุมกัน ณ ที่นั้น ๆ ทำให้เชื้อได้แพร่กระจายอย่างรวดเร็วไปยังผู้มาร่วมประชุม ๔ สาขาด้วยกัน นอกจากนี้ คุณป้ายังได้เดินทางไปตามสถานที่ต่าง ๆ โดยรถโดยสารสาธารณะ แพร่เชื้อไปทั่ว เรียกว่า **"Super Spreader ผู้ติดเชื้อไวรัสโคโรนาที่สามารถแพร่กระจายเชื้อไปสู่ผู้อื่นในวงกว้าง"** จึงขนานนามว่า **"คุณป้ามหาภัย" เป็นผู้แพร่เชื้อไวรัสที่น่ากลัวมาก ๆ**

นี่ไม่ได้หมายความว่าทุกคนสามารถแพร่เชื้อได้แบบคุณป้ามหาภัยคนนี้ เป็นเฉพาะบุคคลเท่านั้น อย่างเช่นในประเทศไทย ก็ทำให้เกิดความตื่นตระหนกหวาดกลัว กลัวเป็นแบบเกาหลีใต้ สาเหตุเกิดจากคุณปู่ไปเที่ยวญี่ปุ่น กลับมาแล้วไม่เข้ารับการตรวจหาเชื้อ ไม่ทำการกักตัว เป็นสาเหตุให้แพร่เชื้อไปยังคนในครอบครัว โดยเฉพาะหลานตัวเล็ก ๆ ประเทศไทยจึงทำการป้องกันด้วยการประกาศปิดโรงเรียน ปิดธนาคารที่ครอบครัวนี้มีส่วนไปเกี่ยวข้องทุกสิ่งทุกอย่าง ทำการตรวจหาเชื้ออย่างละเอียด ใครอยู่ในข่ายสงสัย ก็ให้กักตัวเพื่อสังเกตการณ์ ทำการตรวจจอย่างละเอียด เพราะไม่อยากให้เกิดเหตุการณ์แบบประเทศเกาหลีใต้

นักแพร่เชื้อมหาภัยนี้ไม่ได้เป็นกันทุกคน โดยเฉลี่ยในร้อยคนจะมีประมาณ ๒๐ คน **เป็นคนไข้มหาภัย** อีก ๘๐ คน **เป็นคนไข้แพร่เชื้อธรรมดา** คนไข้ปกติติดเชื้อไวรัสโคโรนาแล้วจะแพร่เชื้อต่อได้ ๒ คน แต่ถ้าเป็นประเภทคนมหาภัย สามารถกระจายเชื้อโรคได้ ๑ ต่อ ๔๐ คน

วันที่ ๑๗ กุมภาพันธ์ ประเทศเกาหลีใต้ มีผู้ติดเชื้อ ๓๑ คน แต่จากเหตุการณ์ครั้งนี้ทำให้การแพร่เชื้อเป็นไปอย่างรวดเร็ว มีการประกาศล่าสุดออกมาว่า พบผู้ติดเชื้อ ๗,๐๐๐ คนอย่างรวดเร็ว เรียกว่า **"การแพร่เชื้อรวดเร็ว"** เพราะเชื้อโรคมีความเข้มกว่าปกติ แข็งแรงผิดปกติ การจามไอเพียงครั้งเดียว สามารถล่องลอยในอากาศได้นาน กระจายไปหาคนอื่นได้ไวกว่าปกติ แต่ถ้าเป็นคนติดเชื้อปกติ เชื้อโรคอ่อน กระจายได้ไม่มาก แต่ก็สามารถแพร่เชื้อได้เหมือนกัน หากไม่ได้รับการตรวจรักษาทันที

รัฐบาลไทยเล็งเห็นความสำคัญตรงนี้ เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อแบบมหาภัยครั้งนี้ จึงได้กำหนดมาตรการป้องกันอย่างเข้มงวด เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการแพร่เชื้อทั้งแบบมหาภัย

และแบบปกติทั่วไป จึงมีการตรวจคนเข้าประเทศอย่างละเอียด ตรวจอย่างเข้มงวด ถ้าหากเดินทางมาจากประเทศกลุ่มเสี่ยง ต้องทำการกักตัว ๑๔ วัน เพื่อรอดูอาการ

ตัวเราเองก็เช่นเดียวกัน ต้องทำการป้องกันตนเองอย่างเข้มงวด อย่าประมาทในการดำเนินชีวิต มีสติรู้เท่าทัน ถ้ารู้ว่าตัวเองไม่สบาย มีอาการเหมือนจะเป็นโรค หรือกลับมาจากประเทศกลุ่มเสี่ยง ก็ต้องดูแลป้องกันตัวเองให้ดี ด้วยการสวมหน้ากาก ล้างมือ ตามที่โฆษณาว่า **"กินร้อน ช้อนแยก อยู่ห่าง ล้างมือ"** การสวมหน้ากากเพียงคนเดียว นอกจากเป็นการป้องกันการติดเชื้อจากผู้อื่นแล้ว ก็เป็นการป้องกันการแพร่เชื้อให้ผู้อื่นเช่นเดียวกัน การรักษาตน จึงชื่อว่ารักษาคนอื่น การรักษาคนอื่นจึงชื่อว่ารักษาตนด้วยอาการแบบนี้ แม้ไม่ได้ป่วยติดเชื้อ แต่เพราะความห่วงใยต่อคนอื่น ต่อคนรอบข้าง ต่อสังคม จึงควรสวมหน้ากากอนามัยกัน

วิธีสังเกตอาการป่วยไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ หรือโควิด ๑๙ ดังนี้



เมื่อรู้ตัวว่าปอดเริ่มมีอาการหายใจถี่ ๆ หายใจหอบอย่างรุนแรง หรือมีอาการอย่างใดอย่างหนึ่งใน ๓ อย่างนั้น ควรกักตนเอง และรีบไปพบแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อทำการตรวจหาเชื้อ อย่าชะล่าใจไวรัสชนิดนี้ เน้นโจมตีที่ปอด ต่อให้สามารถรักษาเชื้อโรคหายได้ แต่ถ้าปอดถูกทำลาย ก็ไม่รอดเหมือนกัน เหมือนกรณีคนไทยคนแรกที่เสียชีวิต แม้จะรักษาไวรัสหายขาด แต่ปอดถูกทำลายหมดแล้ว สุดท้ายก็ไม่รอด ทุกวันนี้จึงมีการรณรงค์ให้มีการสวมใส่หน้ากากอนามัยในที่สาธารณะ

การสวมใส่หน้ากากนั้น ไม่ได้หมายความว่าเป็นผู้ติดเชื้อ แต่หมายถึงเป็นการป้องกันตนเองจากการติดเชื้อด้วย เมื่อไปในที่สาธารณะ พบปะผู้คนมากมาย ไม่รู้ว่าใครติดเชื้อไวรัสนี้บ้างหรือไม่ เมื่อไปสัมผัสเข้า อาจจะทำให้ติดเชื้อโดยไม่รู้ตัว เมื่อมีการสัมผัสคนอื่น สิ่งอื่น ๆ ไม่ว่าจะเป็นราวบันได ราวรถโดยสารสาธารณะ หรืออื่น ๆ ห้ามนำมือมาแตะดวงตา แตะจมูก ปาก เป็นอันขาด เพราะเชื้อโรคชนิดนี้ สามารถแพร่เชื้อเข้าทางดวงตา จมูก ปาก จึงมีการรณรงค์ให้มีการพกเจลล้างมือ หรือสบู่สำหรับล้างมือ เป็นการรักษาตัวเอง คุ้มครองตนเองจากการติดเชื้อ

การรักษาตนแบบนี้เท่ากับเป็นการรักษาคนอื่น และเป็นการรักษาตนเราเองไปในตัวด้วย ทุกอย่างต้องมีสติ มีความรู้มีความเข้าใจ แม้จะไม่มีวัคซีนป้องกัน ไม่มียารักษาที่แน่ชัด แต่ก็สามารถดูแลป้องกันตนเองได้ อย่ากลัวไปหมดทุกอย่าง ตระหนกไปทุกอย่าง จนไม่กล้าไปไหน ไม่กล้าทำอะไร แบบนั้นจะป่วยเป็นโรคประสาทและเครียดตายก่อนติดเชื้อ สิ่งสำคัญ รัฐบาลก็ต้องทำหน้าที่ป้องกันรักษาประชาชนในประเทศเช่นเดียวกัน อย่าปล่อยให้นักท่องเที่ยวจากประเทศกลุ่มเสี่ยงเข้ามา จนกลายเป็นสาเหตุนำเชื้อเข้ามาแพร่ในประเทศตนเอง ดังนิทานที่จะเล่าต่อไปนี้

ณ ต้นไม้ใหญ่แห่งหนึ่งกลางป่าลึก มีฝูงนกพากันมาทำรังวางไข่ ออกลูกเป็นจำนวนมาก อยู่กันอย่างสงบสุข ไม่นานก็มีแร้งแก่ตาบอดตัวหนึ่งบินพลัดหลงมาที่ต้นไม้แห่งนั้น บรรดานกก็เกิดความสงสาร นอกจากหาอาหารมาให้ลูก ๆ ของตนเองแล้ว ก็แบ่งปันอาหารให้กับแร้งแก่ตาบอดตัวนี้ด้วยเช่นเดียวกัน เจ้าแร้งแก่ได้รับเมตตาน้ำใจจากฝูงนก ก็อยากตอบแทนคุณบ้าง เลยยื่นข้อเสนอขอพักพิงที่โพรงไม้ด้านล่าง จะคอยทำหน้าที่เป็นเวรยามไม่ให้ศัตรูขึ้นไปทำอันตรายแก่ลูกนกในรังบนต้นไม้ บรรดานกทั้งหลาย จะได้ออกไปหาอาหารอย่างสบายใจ ไม่ต้องคอยห่วงหน้าพะวงหลังถึงลูก ๆ ที่อยู่บนต้นไม้

นกทั้งหลายพิจารณาแล้วก็เห็นชอบด้วย จึงตกลงตามนั้น บินออกหาอาหารด้วยความสบายใจ และก็ไม่ลืมนำอาหารมาแบ่งปันให้แร้งแก่ตัวนี้ด้วย เหตุการณ์ทุกอย่างผ่านไปอย่างปกติ จนกระทั่งเจ้าแมวป่าสืบรู้ว่ามีลูกนกอยู่บนต้นไม้เพราะสังเกตเห็นนกบินเข้าบินออกเป็นประจำ วันหนึ่งเมื่อเห็นว่าฝูงนกพากันบินออกไปจากต้นไม้หมดแล้วจึงได้ย่องขึ้นต้นไม้หวังขึ้นไปกินลูกนกบนต้นไม้

ฝ่ายเจ้าแร้งแก่ตาบอดได้ยินเสียงผิดปกติ ก็กล่าวเสียงดังข่มขู่ว่า “ใครนั่น เจ้าเป็นใคร มาทำอะไรที่นี่”

แมวป่า ไม่ทันรู้ว่ามีแร้งอยู่โพรงด้านใต้ จะหนีก็หนีไม่ทัน แต่ด้วยความเจ้าเล่ห์ ก็ตอบออกไปด้วยเสียงเคารพนบนอบ “ข้าเองเป็นแมวครับ ท่านพญาแร้งผู้ยิ่งใหญ่”

“เจ้าจะขึ้นไปทำอะไรบนนั้น”

แมวคิดหาวิธีเอาตัวรอด พลางสังเกตอาการแร้งควบคู่ไปด้วย ตอบว่า “ผมได้ยินชื่อเสียงของท่านพญาแร้งมานาน อยากรู้จักท่าน จึงได้ออกตามหาท่านไปทั่วป่า รู้ว่าท่านอาศัยอยู่ตรงนี้จึงได้เสาะตามหามาจนพบนี่แหละครับ”

“ไม่ใช่เจ้าจะมาจับกินลูกนกหรอกหรือ”

“ไม่ครับ ท่านพญาแร้ง ผมได้ยินกิตติศัพท์ของท่าน ได้ยินคำสอนของท่าน ตอนนี้ผมเป็นแมวมังสวิรัติ ไม่กินเนื้อสัตว์เป็นอาหารแล้วครับ”

พญาแร้งไม่ทันเล่ห์ของแมวป่า หลงในคำเยินยอของแมวป่า จนรับแมวป่าเป็นศิษย์ ให้อาศัยอยู่ด้วยกันภายในโพรงไม้ด้านล่างนั้น

ฝ่ายเจ้าแมวป่า เมื่อพินิจพิจารณาแล้ว เห็นว่าพญาแล้งตาบอด ทำอะไรตนไม่ได้ เวลาพญาแร้งหลับ ก็แอบย่องไปกินลูกนกบนต้นไม้เป็นประจำทุกวัน จนลูกนกเหลือน้อยลงทุก ๆ ขณะ กระทั่งบรรดานกจับสังเกตเห็นความผิดปกตินั้นเข้า แมวป่าพอรู้ว่าพวกนกรู้ตัวแล้วก็แอบหลบหนีไปอย่างเงียบ ๆ ส่วนฝูงนกก็พากันเสาะหาสาเหตุว่าสัตว์อะไรมากินลูก ๆ ของตน ก็พบกระดูกของลูกนกเต็มโพรงแร้งแก่ ด้วยความโกรธแค้น ไม่สนใจคำแก้ตัวของแร้งแก่ตาบอด ฝูงนกก็พากันรุมจิกตีแร้งแก่จนถึงแก่ความตาย

นิทานเรื่องนี้เตือนให้รู้ว่า อย่าประมาทในการดำรงชีวิต เหมือนแร้งแก่อาสาเฝ้ารังนกเฝ้าลูกนกให้เขา กลับใจอ่อนเพราะคำป้อยอของแมวป่า จนปล่อยให้แมวป่าขึ้นไปกินลูกนกจนเกือบหมด สุดท้ายตัวเองก็ต้องตายเพราะถูกฝูงนกโกรธแค้นรุมจิกตี ไม่มีการตรวจสอบที่มาที่ไป ไว้ใจเกินไป ไม่มีการกักตัวดูอาการก่อน ปล่อยให้แมวป่าเป็นไวรัสร้ายเข้ามาในบ้าน ไปทำร้ายลูกหลานนกจนเกือบเกลี้ยงรัง แร้งแก่ตาบอดไม่รู้จักระมัดระวัง ทำให้เกิดภัยแก่บรรดาลูกนก เกิดภัยแก่ตัวเอง ทำให้ฝูงนกต้องเกิดความเสียหาย เกิดความเดือดร้อนมากมาย

ดังนั้นท่านทั้งหลาย อย่าทำตัวเหมือนแร้งแก่ตาบอด ต้องดูแลตนเองให้ดี ป้องกันตนเองให้ดีจะไอจะจาม ต้องระมัดระวัง เจ็บป่วยมีอาการน่าสงสัย รีบไปพบแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ **การรักษาตนเองอย่างดี ก็เท่ากับรักษาผู้อื่นไปในตัว เมื่อรักษาคนอื่นเป็นอย่างดี ก็ชื่อว่ารักษาตนเองด้วยเช่นเดียวกัน** อย่าทำตัวแบบคุณป้ามหาภัย เที่ยวแพร่เชื้อกระจายไปทั่วประเทศเกาหลีใต้ ถ้าคนเราดูแลรักษาตัวเองได้ดีมากเท่าไร ก็เท่ากับดูแลรักษาผู้อื่นมากเท่านั้น เป็นการรักษาซึ่งกันและกัน ทุกคนจะได้ปลอดภัยจากโรคร้ายครั้งนี้ ก้าวผ่านวิกฤตการณ์โควิดครั้งนี้ไปด้วยกันอย่างปลอดภัย ดังพรรณนามา พอสมควรแก่เวลา

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ด้วยเดชะแห่งคุณพระศรีรัตนตรัยและบุญกุศลที่บำเพ็ญ เดชานุภาพแห่งหลวงพ่อพระพุทธธรรมวิเชษฐศาสดาในพระอุโบสถ หลวงพ่อพระพุทธนาคอันศักดิ์สิทธิ์ในพระวิหาร พระบรมสารีริกธาตุบนพระบรมธาตุมหาเจดีย์ ขอจงมารวมกันเป็นตบะ เป็นเดชะ เป็นพลวปัจจัยอำนวยพรให้ทุกท่าน จงประสบแต่ความสุขความเจริญในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แคล้วคลาดปลอดภัยจากโรคร้ายทั้งปวง โดยเฉพาะไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ ความวิบัติทุกประการอย่ามากล้ำกราย ปรารถนาสิ่งใดที่เป็นไปโดยชอบประกอบด้วยธรรม ขอให้ความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จ จงพลันสำเร็จ จงพลันสำเร็จ สมมโนรถมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนาใน**อัตตรักขกถา ว่าด้วยการรักษาตน** พอสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

กิมานันทกถา ว่าด้วยบันเทิงกันได้อย่างไร*

โก นุ หาโส กิมานนฺโท นิจฺจํ ปชฺชลิเต สติ ฯ

(ขุ. ธ. ๒๕/๒๑/๑๔๖)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนา ใน**กิมานันทกถา ว่าด้วยบันเทิงกันได้อย่างไร** เพื่อเป็นเครื่องประคับประคองฉลองศรัทธา ประดับปัญญาบารมี อนุโมทนากุศลบุญราศี ของญาติโยมสาธุชนทั้งหลาย ผู้ขวนขวายบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศลในวันนี้ ซึ่งเป็นวันพระ เป็นวันธรรมสวนะ วันฟังธรรม ท่านทั้งหลายฟังธรรมทั้งภายในพระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาส และฟังอยู่ทางบ้านผ่านสื่อวิทยุโทรทัศน์หรือสื่อสังคมออนไลน์โดยทางวัดอนุโมทนาทั้งนั้น การฟังธรรมอยู่ที่บ้านก็เป็นความสวัสดี ปลอดภัย หากมาฟังธรรมที่วัดจะต้องสวมหน้ากากอนามัย ล้างมือและนั่งรักษาระยะห่างกันตามที่กำหนด

ทั้งนี้เพราะว่าภัยคุกคามจากไวรัสโคโรนาหรือโควิด ๑๙ เริ่มเด่นชัดขึ้นทุกที ถึงขนาดฝ่ายบ้านเมืองประกาศปิดสถานที่หลายแห่งในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล เริ่มตั้งแต่เมื่อวานนี้ มีผลให้คนตระหนักถึงความร้ายกาจของไวรัสโคโรนา ภัยนั้นใกล้ตัวเข้ามาทุกที เพราะจำนวนของผู้ที่ติดเชื้อไวรัสเพิ่มมากขึ้นหลายเท่าตัว ไวรัสในประเทศไทยในรอบ ๗ วันที่ผ่านมาเพิ่ม ๗ เท่าตัว และหากไม่มีการควบคุมภายใน ๗ วันข้างหน้า ไม่รู้ว่าจะเพิ่มไปอีกเท่าไร ในที่สุดก็จะไม่มีใครที่จะไม่ติดเชื้อไวรัสโคโรนา มาตรการที่ออกมาควบคุมจึงเข้มข้นขึ้นเรื่อย ๆ

ดังนั้น คนไทยต้องตระหนักรู้ถึงพิษภัยของไวรัสโคโรนา ตื่นรู้ให้เท่ากันแต่อย่าแตกตื่นถึงขนาดกว้านซื้อข้าวปลาอาหารจนหมดร้าน นั่นเป็นการแตกตื่น ต้องตระหนักรู้พิษภัยและเล่ห์กลของไวรัสโคโรนา ที่ไม่ควรแตกตื่นเพราะว่าเรามีเวลาตั้งตัวนานกว่าประเทศจีนที่โดนโจมตีระลอกแรกเมื่อประมาณปลายเดือนธันวาคมปี ๒๕๖๒ ที่ผ่านมา จีนตั้งหลักไม่ทัน คนตายไป ๓,๐๐๐ กว่าคน มีคนติดเชื้อจนบัดนี้ ๘๐,๐๐๐ กว่าคน แต่จีนก็ผ่านพ้นมาได้ เมื่อ ๓ - ๔ วันที่ผ่านมา มีคนติดเชื้อรายใหม่ในประเทศจีนเป็นศูนย์ แต่ที่เห็นว่าติดเชื้อในจีนบ้างนั้น เพราะเป็นคนจีน

---

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านทางโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระแรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๔) ให้แก่ภิกษุ-สามเณร คณะอุบาสก-อุบาสิกา และสาธุชน ณ พระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๒๓ มีนาคม ๒๕๖๓

ที่มาจากนอกประเทศ บทเรียนที่จีนได้เรียนรู้ราคาแพงมหาศาล ก็ควรที่ประเทศไทยจะได้เรียนรู้และตั้งหลักได้ เพราะเรามีเวลาตั้งตัวเกือบ ๒ เดือน

ประเทศไทยเป็นแห่งแรกในโลกที่มีคนติดเชื้อไวรัสนอกประเทศจีน ตรวจพบเมื่อวันที่ ๑๓ มกราคม ๒๕๖๓ หลังจากนั้นประเทศอื่นก็ติดเชื้อกัน ประเทศจีนหยุดติดเชื้อได้ที่ ๘๐,๐๐๐ คน แต่ทั่วโลกเมื่อวานนี้ติดเชื้อ ๓๓๐,๐๐๐ คน รวมทั้งจีนด้วย และประเทศที่ติดมากรองจากประเทศจีนก็คือประเทศอิตาลี ๔๐,๐๐๐ คน ในจำนวนนี้ มีคนตายทุกวัน เมื่อวานมีคนตาย ๖๐๐ คน เฉพาะในประเทศอิตาลี ญาติไม่มีเวลาได้ดูใจหรือไปงานศพเพราะหากไปร่วมงานก็จะติดเชื้อตายตาม

เมื่อวานนี้ มีผู้ติดเชื้อในสหรัฐอเมริกาเกือบ ๓๐,๐๐๐ คน ตายรวมกันกว่า ๔๐๐ คน ประเทศนี้มีคนติดเชื้อเป็นอันดับ ๓ ของโลก ส่วนประเทศที่น่าสงสาร มีคนตายทุก ๑๐ นาที คือประเทศอิหร่าน ติดเชื้อ ๒๐,๐๐๐ คน แต่ทุกวันมีคนตายเป็นร้อยคน ที่ตายมากเพราะไม่มียารักษา ประเทศถูกปิดล้อม เขาไม่ให้ทำมาค้าขายเนื่องจากโดนบอยคอตทางเศรษฐกิจ

ที่บอกข่าวนี้ไม่ต้องการทำให้คนไทยแตกตื่น แต่ให้ตั้งหลัก อย่ามัวสนุกสนานบันเทิงรื่นเริงทั้ง ๆ ที่ทางการสั่งปิดเมือง แต่ยังมีหลายคนไปรวมกลุ่มสนุกสนานกันที่ชายหาดแห่งหนึ่งเป็นที่น่าวิตกกังวล มีกลุ่มคนหนีจากกรุงเทพฯ ไปแพร่เชื้อต่างจังหวัด เมื่อวานนี้มีจังหวัดติดเชื้อไปแล้ว ๓๖ จังหวัด เป็นเชื้อที่แพร่ได้เร็วอย่างน่าตกใจ และไม่มีทางที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งจะยุติได้ถ้าคนไทยไม่ตื่นตัวร่วมมือกัน ในสถานการณ์อย่างนี้จะทำตัวสนุกสนานบันเทิงอยู่ได้อย่างไร พระพุทธเจ้าตรัสว่า **“โก นุ หาโส กิมานนฺโท นิจฺจํ ปชฺชลิเต สติ”** ดังพระบาลีนิกเขปบท แปลความว่า **“เมื่อโลกลุกเป็นไฟอยู่เนืองนิตย์ ยังจะมัวร่าเริงบันเทิงอะไรกันเล่า”** ไฟไหม้บ้านแล้ว ยังมาร้องรำทำเพลงกันสนุกสนานอย่างน่าแปลกใจ

ตื่นตัวไม่ใช่ตื่นตระหนกหรือแตกตื่น แต่เป็นตื่นรู้เท่าทัน **รู้เท่าเอาไว้ป้องกัน รู้ทันเอาไว้แก้ไข** สามฝ่ายคือ **บวร** หมายถึง **บ้าน วัด ราชการ** ต้องตื่นรู้ด้วยกัน อย่าปล่อยให้ชาวบ้านตื่นตัวฝ่ายเดียว แต่ฝ่ายวัดหรือพระสงฆ์จำวัดอยู่ หรือฝ่ายรัฐตื่นตัว แต่ชาวบ้านไม่ระมัดระวัง หากใครไม่ตื่นตัวเลยก็จะตายโดยไม่รู้ตัวด้วยความประมาท เหมือนกับกบที่เราใส่ลงไปในหม้อน้ำเดือด เราต้มน้ำเดือดเอากบโยนลงไป กบจะกระโดดหนีออกมาทันที เพราะน้ำในหม้อร้อน แต่หากเราเอากบใส่ไปในหม้อน้ำเย็น กบชอบน้ำก็ลอยคอแช่ไปเรื่อย ๆ หากเอาหม้อไฟฟ้านั้นเสียบไฟเข้าไป ไฟก็เพิ่มความร้อนให้กับน้ำ น้ำก็อุ่นขึ้นมา กบก็ยังชอบ แต่ความร้อนเพิ่มขึ้น กบกว่าจะรู้ตัวก็สลบ กระโดดไม่ทัน ถูกต้มสุก ในทำนองเดียวกัน คนที่นึกว่าไวรัสโคโรนาไม่มีพิษไม่มีภัย ติดแล้วหายเองได้ ซึ่งก็จริง เพราะว่า ๘๐ เปอร์เซ็นต์ของคนติดเชื้อไวรัส สามารถหายเองได้ แต่อีก ๒๐ เปอร์เซ็นต์ของคนติดเชื้อ ต้องเข้าโรงพยาบาล และหากมีโรคประจำตัวก็มีสิทธิ์ตายได้ ยิ่งเป็นผู้สูงวัย

ก็ยิ่งอ่อนแอ เพราะฉะนั้น คนหนุ่มสาวอาจจะเป็นพาหะแพร่เชื้อให้คนในบ้าน ทำให้คนในบ้านเจ็บหนักล้มตายโดยไม่รู้ตัว ประมาทมัวเมาสนุกสนานอาจนำความทุกข์มาให้คนอื่น

ฝ่ายแรกคือ**บ้านหรือประชาชน**จะต้องตื่นรู้เพื่อที่จะต้องป้องกันตัวเอง ประชาชนทุกผู้ทุกคนต้องรู้ว่า ไวรัสมีเล่ห์เหลี่ยมอย่างไร แพร่ระบาดด้วยวิธีไหน และเราจะป้องกันตัวเองได้อย่างไร ไวรัสแม้จะไม่มีอาการ แต่หากไปติดมาแล้ว จะฟักตัวในตัวเรา ๑๔ วัน เพราะถ้าเราคิดว่าตัวเราเองไปติดเชื้อ หรือไปอยู่ในกลุ่มเสี่ยงมา อย่าไปเกี่ยวข้องใกล้ชิดกับคนอื่นโดยไม่รักษาระยะห่างกว่า ๑ เมตร จะเป็นการสร้างพิษภัยให้กับคนที่เรารักโดยไม่รู้ตัว เพราะฉะนั้นจะต้องกักตัว ๑๔ วัน ยิ่งมาจากประเทศที่มีความเสี่ยง เมืองที่เสี่ยง ก็อย่าได้ออกไปแพร่เชื้อ ๘๐ เปอร์เซ็นต์ของคนติดเชื้อในประเทศไทย อยู่ที่กรุงเทพมหานคร โปรดเห็นใจคนต่างจังหวัด ถ้าไปต่างจังหวัดต้องกักตัว อย่าไปแพร่เชื้อ ต้องระมัดระวังรักษาตัวเองเป็นที่สุด ดูบทเรียนจากประเทศจีนว่าเขาผ่านพ้นมาได้อย่างไรทั้ง ๆ ที่หนักกว่าประเทศไทยเป็นร้อยเท่า ประชาชนของเขาตระหนักดีจึงกักตัวอยู่กับที่ถ้าคิดว่าตัวเองอาจจะติดเชื้อ

เกาหลีใต้ติดเชื้อมากเป็นอันดับ ๒ รองจากประเทศจีนในระยะต้น ๆ แต่ตอนนี้หยุดอยู่ที่ ๘,๐๐๐ คน ขณะที่อิตาลีมีคนติดเชื้อ ๔๐,๐๐๐ คน ทำไมเกาหลีใต้ถึงหยุดการติดเชื้อได้ คำตอบนอกจากจะมีการกักตัวใส่หน้ากากอนามัยแล้ว ยังมีการระดมตรวจวัดหาเชื้อไวรัสกันอย่างมโหฬาร ใครคิดว่าตัวเองติดเชื้อ เขาบริการตรวจให้หมด เครื่องมือมีเยอะและตรวจได้เสร็จ ฉะนั้นเชื้อที่ฟักตัวอยู่ในตัวเรากว่าจะแสดงอาการก็หลายวันในช่วงนั้นหากเราไปสัมผัสใคร เขาก็อาจติดไปจากเรา แต่หากเรามีเชื้อฟักตัวอยู่และตรวจพบได้ทัน เราจะไม่ไปแพร่เชื้อต่อโดยไม่รู้ตัว คนเกาหลีใต้ทำเครื่องตรวจเชื้อได้อย่างเร็ว หากใครติดเชื้อ คนนั้นเก็บตัว ให้เก็บตัวเฉพาะคนติดเชื้อ คนอื่นไม่ต้องเดือดร้อน แต่ประเทศไทยเราตรวจแบบนั้นไม่ได้ เพราะเรามีเครื่องมือไม่เพียงพอ น้ำยาตรวจก็หมดถ้าคนไปตรวจพร้อมกัน เพราะฉะนั้นเราจะต้องสั่งให้คนเก็บกักตัวกันทั้งเมือง

มีข่าวออกมาเมื่อวันที่ ๑๗ มีนาคม ว่า โรงพยาบาลศิริราช กับ ปตท. และบริษัทอื่น ๆ สามารถทดลองผลิตเครื่องตรวจเชื้อไวรัสโคโรนาได้แล้ว กำลังทดลองในคน สามารถตรวจพบเชื้อได้ภายในเวลา ๔๕ นาที เครื่องมือราคาเพียง ๕๐๐ บาท นี่เรียกว่าแต่ละฝ่ายทำอะไรได้ให้รีบทำ ประเทศไทยมีเวลาตั้งหลักแค่ ๒ เดือน ตั้งแต่วันที่ ๑๓ มกราคม ถึงวันที่ ๑๓ มีนาคม จำนวนผู้ติดเชื้อค่อย ๆ เพิ่มขึ้น ในที่สุดวันที่ ๑๔ มีนาคมที่ผ่านมามีคนติดเชื้อในประเทศไทย ๘๒ คน เท่านั้น แต่หลังจากเกิดเหตุการณ์ที่สนามมวยแห่งหนึ่ง คนชุมนุมดูมวยกัน ๔,๕๐๐ คน และจากนั้นเป็นต้นมา ทุกกลุ่มทุกฝ่ายกระจายแพร่เชื้อไปทั่วประเทศ และยังมีกลุ่มสถานบันเทิงที่ซอยทองหล่อ ๒ กลุ่มใหญ่ช่วยกันแพร่เชื้อจาก ๘๒ คนวันที่ ๑๔ มีนาคม เพิ่มขึ้น ๗ เท่าตัวภายใน ๗ วัน เมื่อวานนี้คนติดเชื้อที่ตรวจพบแล้วคือ ๕๙๙ คน ประเทศไทยจึงปิดสถานที่ในกรุงเทพมหานคร ๒๖ แห่ง ยังไม่ถึงกับปิดเมืองซึ่งอาจจะเป็นขั้นต่อไป

สหรัฐอเมริกาปิดเมือง ๓ รัฐตอนนี้ คือ แคลิฟอร์เนีย นิวยอร์ก และอิลลินอยส์ คำว่า ปิดเมือง หรือล็อคดาวน์ในความเป็นจริงที่ประเทศทั้งหลายถือปฏิบัติ คือห้ามคนออกนอกบ้านไปทำงาน ยกเว้นไปซื้ออาหารหรือไปโรงพยาบาล แต่ละบ้านออกไปได้เพียง ๑ คน มีตำรวจคอยตรวจเข้ม ที่สำคัญเวลา ๖ โมงเย็นทุกคนต้องอยู่บ้านเหมือนเคอร์ฟิว หากประชาชนคนไทยไม่สังวรระวัง ยังสนุกสนานเที่ยวแพร่เชื้อต่อไป ฝ่ายรัฐอาจจะปิดเมืองก็ได้ มีโอกาสที่ไทยจะทำถึงขั้นปิดเมือง หากคนไทยยังบันเทิงร่าเริงกันอยู่เพราะไม่มีความสังวรระวัง ประเทศจีนได้ทำการปิดเมืองมาก่อนแล้ว จนประสบความสำเร็จ ประเทศอื่นก็ทำตาม แต่ประเทศจีนทำจริงจังกว่าหลายประเทศ

ประเทศจีนได้สั่งให้ประชาชนสวมสัญลักษณ์คิวอาร์โค้ดไว้ที่ข้อมือ คิวอาร์โค้ดนี้ช่วยบอกรายละเอียดเกี่ยวกับผู้สวม โดยคิวอาร์โค้ดของแต่ละคนจะบันทึกว่า ติดเชื้อหรือยังไม่ติดเชื้อ แบ่งเป็นสีเขียว สีเหลือง และสีแดง คนไหนที่คิวอาร์โค้ดเป็นสีเขียว สามารถเดินทางได้ทั่วไป หากเป็นสีเหลืองจะต้องกักตัว ๗ วัน พอพ้น ๗ วันสีเหลืองจะเปลี่ยนเป็นสีเขียว ส่วนคนไหนได้สีแดงจะถูกห้ามออกนอกบ้านและนอกเมือง ต้องกักตัว ๑๔ วัน เมื่อพ้น ๗ วัน จะเป็นสีเหลือง พ้น ๑๔ วันจึงเป็นสีเขียว คนจีนทุกคนมีคิวอาร์โค้ด หากนั่งรถไปหมู่บ้านไหน หมู่บ้านนั้นจะมีคนเฝ้าทางเข้าหมู่บ้าน และจะขอตรวจดูคิวอาร์โค้ดก่อน เขาบอกได้ว่าแต่ละคนสามารถเข้าหมู่บ้านได้หรือไม่ เป็นอย่างนี้ทุกหมู่บ้าน ทุกจังหวัด ผลก็คือประเทศจีนเอาอยู่ ตอนนี้ไม่มีคนติดเชื้อใหม่อีก มีคนที่รักษาหายแล้ว ๗๐,๐๐๐ คน เหลืออยู่ในโรงพยาบาลอีก ๑๐,๐๐๐ คนสุดท้าย

ตอนนี้ โลกยังไม่มียารักษาโรคติดเชื้อไวรัสชนิดนี้ คนไทยต้องช่วยตัวเอง ปกป้องคุ้มครองตัวเอง และคนที่ตนรัก ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า **“อตฺตานํ รกฺขนฺโต ปรํ รกฺขติ ปรํ รกฺขนฺโต อตฺตานํ รกฺขติ”** แปลความว่า **“ผู้รักษาตนชื่อว่ารักษาคนอื่น ผู้รักษาคนอื่นชื่อว่ารักษาตน”** ทุกคนต้องดูแลรักษาตัวเอง อย่าให้ติดเชื้อไวรัส อย่าให้แพร่เชื้อ ซึ่งจะทำให้คุณพ่อคุณแม่คุณตาคุณยายของเราปลอดภัย พระเณรก็รักษาตัวเอง อย่าไปนำเชื้อเข้าวัดก็เท่ากับรักษาพระเถระในวัดของเรา ป้องกันตัวเองไว้ก่อน พระเณรไม่มีเชื้อก็ไม่ไปแพร่เชื้อให้ญาติโยมที่มาทำบุญ

หากเราห่วงใยคนอื่นเราก็ต้องรักษาตนให้ดี ดังเช่นในวัดนี้ เมื่อไม่นานมานี้มีพระกลับมาจากประเทศเยอรมนี เจ้าอาวาสสั่งการให้ท่านกักตัว ๑๔ วัน ส่งข้าวน้ำให้ ไม่ให้ออกจากกุฏิ นี่คือตัวอย่าง เพราะฉะนั้นเราก็ต้องคุ้มครองวัดของเรา ให้ทุกคนตระหนักตรงนี้ ญาติโยมก็ดูแลรักษาบ้านของตนและเตือนลูกหลานด้วย หากรักพ่อ รักแม่ รักบ้าน อย่าไปเที่ยวนำเชื้อกลับมาแพร่ให้คนในบ้าน นี่เรียกว่าฝ่ายบ้านให้ความร่วมมือ

ฝ่ายวัดก็ต้องรู้เท่าทันพิษภัยของไวรัสนี้ การจัดกิจกรรมทางศาสนาต้องให้ใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ รักษาระยะห่างกันอย่างน้อย ๑ เมตร ตามที่กำหนดมา โดยเฉพาะอย่างยิ่งการชุมนุมเพื่อกิจกรรมทางศาสนา อย่าให้มีคนมากเกินไป ในประเทศเกาหลีใต้เชื้อระบาดเป็น Super spreader จากคุณป้ามหาภัยเพราะว่าเขาติดเชื้อคนเดียวแล้วเข้าประชุมกิจกรรมทางศาสนา ซึ่งไม่ใช่

พุทธศาสนา เขาแพร่เชื้อไปทั่วเพราะว่าสมาชิกในศาสนากลุ่มนั้นมี ๒ แสนกว่าคน เมื่อประชุมใหญ่ก็ติดกันหลายพันคน เชื้อแพร่ทั่วเกาหลีใต้ เพราะกิจกรรมทางศาสนา มาเลเซียเมื่อ ๑๐ วันก่อนจำนวนผู้ติดเชื้อน้อยกว่าประเทศไทย แต่พอมีการชุมนุมทางศาสนาของประเทศมาเลเซีย ผู้ติดเชื้อพุ่งเป็น ๑,๓๐๐ คนเมื่อวานนี้ จึงต้องปิดประเทศ และภาคใต้สุดของไทยก็มีผู้ติดเชื้อ ๑๐ คนที่ข้ามมาจากประเทศมาเลเซีย เพราะไปร่วมกิจกรรมทางศาสนาที่นั่น

นี่แสดงว่าฝ่ายวัดฝ่ายศาสนารู้เท่าไม่ถึงการณ์ กลายเป็นเครื่องมือให้ไวรัสแพร่กระจายแทนที่จะช่วยชาวบ้าน กลายเป็นภาระของสังคม เพราะฉะนั้นวัดในพระพุทธศาสนาในประเทศไทยต้องตระหนักตรงนี้ให้ดี วันที่ ๒๕ มีนาคม ๒๕๖๓ เราจะสวดมนต์รัตนสูตรเพื่อให้ขวัญกำลังใจแก่ญาติโยม โดยวัดทั่วประเทศสวดพร้อมกัน มหาเถรสมาคมมีมติให้แต่ละวัดแยกกันสวดอย่าข้ามเขต และให้นั่งห่างกัน ๑ เมตรขึ้นไป ไม่ต้องเชิญญาติโยมมาร่วมกิจกรรม ในกรุงเทพมหานครมีวัดนำร่อง ๗ วัดใหญ่ เช่น วัดราชบพิธ วัดไตรมิตร และวัดประยุรวงศาวาสก็เป็นวัดนำร่องเช่นเดียวกัน เราไม่สามารถจะให้พระทั้งวัดมาสวดนำร่องในพระอุโบสถได้ เพราะต้องนั่งห่างกัน ๑ เมตรขึ้นไป จึงได้อาราธนานิมนต์เฉพาะที่พระอุโบสถหลังนี้จะบรรจุได้ คงไม่เกิน ๔๐ รูปมาสวดรัตนสูตรและพระปริตรเพื่อคุ้มครองป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ พร้อมกับวัดจำนวน ๔๐,๐๐๐ วัดทั่วประเทศ นี้ก็เป็นอีกบทบาทหนึ่งของฝ่ายวัด

ส่วนฝ่ายรัฐคือราชการจะต้องรีบดำเนินนโยบายเชิงรุกมากขึ้น อย่างที่ทำแค่ปิดร้านปิดสถานบริการต่าง ๆ นี้ยังเบาไป เพราะว่าคนที่เคลื่อนย้ายจากกรุงเทพ ฯ ก็สามารถไปแพร่เชื้อที่อื่นได้ เพียงแค่ประกาศว่าไม่มีวันหยุดในช่วงเทศกาลสงกรานต์ แต่คนก็จะหยุดงานแล้วออกไปนอกเมือง หากไม่มีกระบวนการตรวจสอบคิวอาร์โค้ดอย่างประเทศจีน ก็จะต้องมีนโยบายปิดเมืองแต่ละเมือง อาจจะเป็น ๓๖ จังหวัดตอนนี้ที่แพร่เชื้อไปแล้ว คนต่างจังหวัดหรือจากกรุงเทพ ฯ หากจะเข้าไปต้องตรวจอย่างละเอียด แม้กระทั่งในหมู่บ้านก็ต้องคุ้มครองตัวเอง วัดวาอารามก็เช่นเดียวกัน อย่าถือว่าเป็นเรื่องทำเกินเหตุ เพราะเรามีบทเรียนจากประเทศอื่นอย่างเช่นสหรัฐอเมริกา อังกฤษ ที่ทำการปิดเมืองกันทั้งนั้น แต่กว่าจะทำก็มีการแพร่เชื้อไปเป็นหมื่นคนแล้ว

ตอนแรกประเทศไทยมีคนติดเชื้ออยู่ ๘๒ คน ๗ วันผ่านไปเพิ่มขึ้นเป็น ๖๐๐ คน เป็นไปไม่ได้ที่เราจะมานั่งภาวนาไม่ให้เพิ่มขึ้นอีก ๑๐๐ หรือ ๒๐๐ คน เพราะคน ๖๐๐ คนที่ติดแล้วสามารถแพร่เชื้อไปอีก อย่างน้อยผู้ติดเชื้อ ๑ คน โดยเฉลี่ยแพร่เชื้อให้ ๒ คน ติด ๖๐๐ คนก็สามารถเพิ่มผู้ติดเชื้อได้อีก ๑,๒๐๐ คน จะคูณอย่างนี้ตลอด ยกเว้นกรณีที่เกิดนักแพร่เชื้อมหาภัยหรือ Super spreader ไม่ใช่ ๑ คนแพร่เชื้อให้ ๒ คน แต่กรณีนี้คือ ๑ คนแพร่เชื้อให้คนอื่นอย่างน้อย ๔๐ คน เป็นนักแพร่เชื้อมหาภัย ที่เรียกว่านักแพร่เชื้อมหาภัย เพราะว่าในตัวของคนคนนั้น เชื้อไวรัสแข็งแรงมากกว่าคนอื่น เขาถ่มน้ำลายหรือจามไปครั้งเดียว เชื้อมีเป็นล้านตัว

ฉะนั้น หากฝ่ายรัฐรีบใช้มาตรการดุเดือด เข้มข้น เลิกเอาใจนักท่องเที่ยว ไม่ต้องกลัวเสียคะแนนเสียง ก็สามารถรักษาบ้านเมืองไว้ได้ ยอมเจ็บแต่ให้จบ คือยอมเก็บตัวอยู่ในบ้านเพื่อให้มันจบ อย่างเช่นในรัฐอิลลินอยส์และแคลิฟอร์เนียตอนนี้ ก็จะสามารถจบได้ในรัฐนั้น แต่รัฐอื่นยังมีอยู่ ก็คงจะต้องเก็บตัวกันไปเรื่อย ๆ

ในส่วนของรัฐบาลต้องใช้ยาแรงล้ำหน้าการแพร่กระจาย จะได้ไม่เสียใจในภายหลัง บทเรียนจากประเทศอื่นสอนเราให้ทำ เวียดนามมีคนติดเชื้อ ๑๐๐ กว่าคน แต่ปิดประเทศไปแล้ว เพราะเวียดนามเรียนรู้จากมาเลเซีย ไทย และหลาย ๆ ประเทศ อย่าให้เข้ากับลักษณะที่ว่า **"กว่าถั่วจะสุก งาก็ไหม้"** มัวรอให้ถึงเวลาคือแพร่เชื้อไปสัก ๑,๐๐๐ หรือ ๒,๐๐๐ คน ค่อยประกาศปิดเมืองหรือปิดประเทศ ถึงตอนนั้นจะมีผู้เสียชีวิตและผู้ติดเชื้อไปเท่าไร และจะต้องจ่ายแพงเท่าไร สิ่งที่น่าเป็นห่วงคือระยะที่ ๓ เกรงว่าประเทศไทยหากเข้าระยะที่ ๓ เราจะช้าไป

การระบาดของเชื้อไวรัสในประเทศไทยแบ่งเป็นสามระยะ ดังนี้



ระยะที่ ๑ ติดเชื้อจากประเทศจีน ช่วงแรก ยังไม่มีคนไทยติดเชื้อ แต่มีคนจีนเข้ามาในประเทศไทย และพาเชื้อมาด้วย

ระยะที่ ๒ คนไทยติดเชื้อจากนักท่องเที่ยวจีน หรือคนไทยไปเที่ยวนอกประเทศแล้วนำเชื้อกลับเข้ามา รวมไปถึงคนไทยติดเชื้อจากคนไทยที่ติดเชื้อจากนักท่องเที่ยว พอสืบหาที่มาต้นตอได้

ระยะที่ ๓ คือ คนไทยแพร่เชื้อกันเอง และบอกไม่ได้ว่าไปติดมาจากใคร ที่ไหน เหมือนดาราคนหนึ่งพูดเมื่อวานว่า ไม่ได้ไปไหนเลย และไม่รู้ว่าติดจากใคร เขาไม่ได้ไปต่างประเทศ และเมื่อวานนี้เป็นครั้งแรกที่ผู้ติดเชื้อบอกไม่ได้ว่าติดมาจากไหนมากถึง ๑๐๘ คน ภาษาราชการเรียกว่า ยังสอบสวนโรคอยู่ หาที่มาไม่ได้ นี่แสดงว่าประเทศไทยกำลังเข้าระยะที่ ๓ พูดอย่างนี้ไม่มุ่งให้ตื่นตระหนก แต่ฝ่ายรัฐได้ทำแล้ว คือปิดสถานบันเทิง เพราะกำลังเข้าระยะที่ ๓

หากเข้าระยะที่ ๓ เต็มตัว คนติดเชื้อจะเพิ่มเป็นหลายเท่าตัว พอถึงตอนนั้นคนไข้จะล้นโรงพยาบาล ยาหมด หน้ากากหมด และไทยจะกลายเป็นเหมือนอิตาลี เพราะเกินความสามารถของหมอและโรงพยาบาล อิตาลีปล่อยให้คนไข้ตายรายวัน เมื่อวานนี้ตาย ๖๐๐ คน อย่างที่กล่าวมา เราจะไปถึงขั้นนั้นหรือ ฉะนั้นต้องรีบคุมตั้งแต่ต้น ระยะที่ ๓ อย่าให้ถึงเร็ว ซึ่งตอนนี้ก็ใกล้จะถึงแล้ว ดังนั้น เราจะต้องระมัดระวัง อย่าประมาท อย่ามัวบันเทิงร่าเริงกันอยู่ จะทำอะไรก็ทำเสีย อย่าให้เข้าทำนองที่ว่า **เสียน้อยเสียยาก เสียมากเสียง่าย** เจ็บตัวเล็ก ๆ น้อย ๆ โอดครวญกัน เราต้องเก็บตัว ต้องกักตัว เหมือนดังนิทานอีสปต่อไปนี้

คนเลี้ยงโคคนหนึ่งเลี้ยงฝูงโคอยู่ในทุ่ง ตอนเย็นนับวัวพบว่าวัวหายไป ๑ ตัว ตามหาเท่าไรก็ไม่เจอ จึงไปบนบานเจ้าป่าเจ้าเขาว่า "เจ้าประคุณ ถ้าเจอวัวที่หายไป ลูกช้างจะแก้บนด้วยหมูเห็ดเป็ดไก่" บนอย่างนี้แล้วก็ยังใจร้อน เสียดายวัว เข้าไปตามวัวในป่าตอนเย็น ตามหาวัวไปเจอปากถ้ำ จึงเดินเข้าไปในถ้ำ ส่องคบไฟดูที่ก้นถ้ำ ก็เห็นสิงโตลากวัวของเขานั้นไปกินอยู่ที่ก้นถ้ำ สิงโตมองขึ้นมาพอดี ทำให้คบไฟหลุดมือ เจ้าของวัวยกมือขึ้นพนมอธิษฐานกับเจ้าป่าเจ้าเขาว่า หากลูกช้างรอดตายจากสิงโตคราวนี้ ยินดีเซ่นไหว้ด้วยวัว ๑ ตัว เรื่องจบเท่านี้ แต่ทำให้เห็นว่า เสียตอนแรกแค่หมูเห็ดเป็ดไก่และวัวไปตัวหนึ่ง เพราะยังเสียดายไปตามหา พอเจอสิงโตเท่านั้น วัวกี่ตัวก็ยอมสละเพื่อแลกกับชีวิต ไม่ให้พบกับความตาย

ฉะนั้น ประเทศไทยอย่าให้เป็นประเภทเสียน้อยเสียยาก เสียมากเสียง่าย เราต้องเสียความสนุก เสียความบันเทิง เสียเศรษฐกิจ เสียไปเถิด อย่าให้เสียสุขภาพจนถึงเสียชีวิต ดังพุทธศาสนสุภาษิตที่ว่า **"จเช ธนํ องฺควรสฺส เหตุ"** เป็นต้น แปลความว่า **"พึงสละทรัพย์ เพื่อรักษาอวัยวะ พึงสละอวัยวะเพื่อรักษาชีวิต พึงสละทั้งทรัพย์ อวัยวะ และชีวิต เพื่อรักษาธรรม"** เรายอมเสียเศรษฐกิจ เสียเงินทอง เพื่อรักษาตัวให้รอดจากไวรัสโควิด ยอมตัดอวัยวะบางส่วนทิ้งไปเพื่อเอาชีวิตรอด แต่ต้องสละทั้งทรัพย์ อวัยวะ และชีวิต เพื่อรักษาความปกติสุขของประเทศชาติ เหตุใดบางประเทศยอมให้คนกลุ่มหนึ่งตาย ก็เพื่อรักษาส่วนรวมคนทั้งประเทศ เมื่อการรักษาจำกัด เพราะมียาจำกัดและเตียงจำกัด อย่าให้ประเทศไทยไปถึงขั้นที่ว่ากว่าถั่วจะสุก งาก็ไหม้ เรารักษาคุ้มครองตนเองเอาไว้ก่อน เอาชีวิตรอดไว้ก่อน

ช้างม้าเมียมิ่งแก้ว เงินทอง
ตัวมิตายจักปอง ย่อมได้
ชีวิตสิ่งเดียวของ หายาก
ใช่ประทีปเทียนไต้ ดับแล้วจุดคืน

พระเณรในวัดเราอย่าห่วงกิจนิมนต์มากนัก เพราะไปกิจนิมนต์แล้วติดเชื้อติดไวรัส อาจสิ้นชีวิตได้ ฉะนั้น ต้องระวัง อย่าให้เสียน้อยเสียยาก เสียมากเสียง่าย หรือโลภมากลาภหาย เพราะอยากได้ตรงนั้น ตรงนี้ ในที่สุดเสียเงินเสียทองรักษาตัวเอง นี่แหละจึงสอดคล้องกับ

พุทธภาษิตที่ว่า **"โก นุ หาโส กิมานนฺโท"** เป็นต้น แปลความว่า **"เมื่อโลกถูกไฟลุกไหม้อยู่เป็นนิตย์ ยังจะร่าเริงบันเทิงอะไรกันเล่า"** รักสนุกระวังจะทุกข์ถนัด สังวรระวังกันไว้ ดังบทโคลงที่อาตมภาพได้ประพันธ์วันนี้ว่า

ยามโลกลุกเร่าร้อน เป็นไฟ
โควิดระบาดไป ทั่วหล้า
บันเทิงรื่นเริงไฉน ประมาท
รีบตื่นมิชักช้า หยุดเชื้อมหาภัย

ขอฝากธรรมเตือนสติญาติโยมสาธุชนทั้งหลายไว้ด้วยเวลาเพียงเท่านี้

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัยและบุญกุศลทั้งปวง รวมทั้งเดชานุภาพของพระพุทธธรรมวิเชษฐศาสดา พระประธานในพระอุโบสถ หลวงพ่อพระพุทธนาคอันศักดิ์สิทธิ์ในพระวิหาร พระบรมสารีริกธาตุบนพระเจดีย์ จงมารวมกันเป็นตบะ เป็นเดชะพลวปัจจัย คุ้มครองป้องกันให้พ้นภัยจากโควิด ๑๙ ให้เจริญรุ่งเรืองด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ ธรรมสารสมบัติ ธนสารสมบัติ ปรารถนาสิ่งใดที่ชอบประกอบด้วยธรรม ขอให้ความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จสมมโนรถมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนาใน**กิมานันทกถา ว่าด้วยบันเทิงกันได้อย่างไร** พอสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

อุกกัฏฐกถา ว่าด้วยสถานการณ์คับขัน*

อุกฺกฏฺเฐ สูรมิจฺฉนฺติ มนฺตีสุ อกุตูหลนฺติ.

(ขุ. ชา. ๒๗/๓๐)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนาใน**อุกกัฏฐกถา ว่าด้วยสถานการณ์คับขัน** เพื่อเป็นเครื่องประคับประคองฉลองศรัทธา ประดับปัญญาบารมีอนุโมทนากุศลบุญราศี ของท่านผู้ฟังทั้งหลาย ผู้พร้อมใจกัน มาบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศลในวันนี้ ซึ่งเป็นวันพระใหญ่ วันธัมมัสสวนะ มีการจัดให้มีการแสดงธรรม ณ วัดประยุรวงศาวาสเป็นประจำ

วันนี้อยู่ในช่วงสถานการณ์คับขัน เรียกว่าวิกฤตการณ์ของบ้านเมือง ส่งเสริมให้รักษาระยะห่างทางสังคม จึงไม่สนับสนุนให้มานั่งชิดกันฟังเทศน์ฟังธรรมในพระอุโบสถ ทางวัดประยุรวงศาวาสได้จัดสถานที่ให้พระภิกษุสามเณรนั่งฟังพระธรรมเทศนานี้ ระยะห่างกันอย่างน้อย ๑ เมตร ตามที่กระทรวงสาธารณสุขให้คำแนะนำ ส่วนญาติโยมสาธุชนก็ควรที่จะอยู่บ้าน ฟังเทศน์ฟังธรรมผ่านการถ่ายทอดทางโซเชียลมีเดียเท่านั้นก็น่าจะเพียงพอ และการจัดให้มีการแสดงพระธรรมเทศนาผู้แสดงก็นั่งอยู่บนธรรมาสน์ห่างจากผู้ฟังไปประมาณ ๔ เมตรได้ ก็ไม่ต้องใช้หน้ากากอนามัยแต่ใครอย่ามาเดินใกล้ตอนนี้ก็แล้วกัน ส่วนผู้ฟังอยู่ข้างล่างใส่หน้ากากอนามัยกันทุกรูปทุกคน

การแสดงพระธรรมเทศนายังจะต้องมีต่อไปเรื่อย ๆ เพื่อถ่ายทอดให้คนได้รับรู้รับทราบ เพราะจนบัดนี้ยังไม่มีวิธีเอาชนะโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา หรือเรียกสั้น ๆ ว่าโควิด ๑๙ ยังไม่มีวิธีเอาชนะ มีแต่วิธีควบคุมและป้องกันเท่านั้น จะเอาชนะโควิด ๑๙ ได้ ด้วยการค้นพบยารักษา จนบัดนี้ยังไม่มียารักษาโรคนี้ และจะไม่ต้องกลัว โควิด ๑๙ ถ้าป้องกันได้อย่างมั่นใจ ด้วยการค้นพบวัคซีนป้องกันไวรัสนี้ มีข่าวว่าอย่างเร็วที่สุดจะมีการทดลองใช้วัคซีนในคน ก็ประมาณเดือนกันยายน ๒๕๖๓ หลังจากนั้นก็จะมีการผลิตเป็นพันล้านโดส คือใช้กันเป็นพันล้านคน ต้นปีหน้า

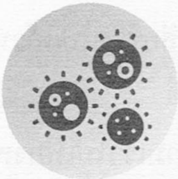
ฉะนั้น กว่าจะค้นพบและเผยแพร่วัคซีนป้องกันไวรัสโคโรนา ก็ต้องควบคุม ป้องกันการแพร่ระบาดของไวรัสนี้ ที่สำคัญอย่าไปติดเชื้อนี้เองก็แล้วกัน ประคองตัวเอง คุ้มครองรักษาตัวเอง กัดฟันกันไว้รอให้มีการผลิตวัคซีนได้ หรือถ้าโชคดีค้นพบยารักษาได้ ไม่เกินกลางปีหน้า

---

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านสื่อโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๕) ให้แก่ภิกษุ-สามเณร คณะอุบาสก-อุบาสิกา และสาธุชน ออนไลน์ ณ พระอุโบสถวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๗ เมษายน ๒๕๖๓

ถ้าอย่างนั้นตอนนี้ทำจะอะไรกัน จะหดหัวเป็นเต่าวัดประยูรหรืออย่างไร หรือหลบอยู่ในกระดองไม่กล้าทำอะไร ไม่กล้าไปไหนหรืออย่างไร คำตอบก็คือว่า ตอนนี้เพียงแต่ควบคุมและป้องกันเท่านั้น คำว่า **“ควบคุม”** คือ ไม่ให้เชื้อแพร่กระจาย หรือแพร่ระบาดเข้ามาในประเทศไทย แต่ก็ควบคุมไม่ได้ เชื้อได้กระจายไปเรียบร้อยแล้ว จะควบคุมไม่ให้เชื้อแพร่ระบาดในหมู่คนไทย ก็ทำไม่ได้ เชื้อได้แพร่เข้าไปในกลุ่มคนไทยแล้ว ตอนนี้ได้แต่ป้องกัน อย่าให้ตัวเราเองติดไวรัส อย่าให้คนที่เรารักติดไวรัส รู้เท่าเอาไว้ป้องกัน รู้ทันเอาไว้แก้ไข ถ้าติดแล้วก็ต้องควบคุมไม่ให้มันแพร่กระจายไปไกลกว่านี้ แล้วถ้าติดแล้วต้องควบคุมความเสียหาย เป็นหวัดไอเจ็บคอแต่อย่าให้เป็นปอดบวม ให้รีบเข้ารักษาที่โรงพยาบาลโดยด่วน อย่าปกปิด เพราะเวลาปอดบวมแล้วจะหายใจไม่ออก รีบเข้ารักษาทางโรงพยาบาลจะใช้เครื่องช่วยหายใจชะลอหรือประทังชีวิต และให้ยารักษาไปตามอาการ นี่เรียกว่า **“ควบคุมและป้องกัน”**

ถ้าจะควบคุมสำเร็จ ป้องกันสำเร็จ ทำให้ประสบความสำเร็จต้องมีองค์ประกอบ ๒ ประการ คือ



๑. ความเร็ว



๒. ความรู้

๑. **“ความเร็ว”** หมายความว่า จะต้องดำเนินการควบคุมและป้องกันให้เร็วกว่าการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสไปหนึ่งก้าวเสมอ กำหนดนโยบายให้ล่วงหน้าไปก่อน อย่าไปทำตามหลัง ทำตามหลังจะไม่ทันการนี่เรียกว่า “ความเร็ว”

๒. **“ความรู้”** คือให้ทำด้วยความรู้จริง อย่าไปทำเป็นรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ประมาท ไม่ป้องกันตนเอง ไม่ใส่หน้ากากอนามัย ไม่รักษาระยะห่าง ไม่ล้างมือ แล้วไม่มีความรู้ว่าจะรักษาคนที่ติดไวรัสแล้วอย่างไร ถ้าขาดความเร็วและความรู้จะทำให้เกิดหายนะกันทั้งบ้านทั้งเมือง

ที่ว่า **“ความเร็ว”** เป็นหัวใจของเรื่องมีความสำคัญอย่างไร เพราะไวรัสนี้แพร่ระบาดรวดเร็วมาก ค้นพบครั้งแรกในประเทศจีน เมื่อ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๒ ที่ประเทศจีนต้นเดือนมกราคมมีคนติดไวรัสไม่ถึงร้อยคน ปัจจุบันนี้ผ่านมา ๓ เดือนกับอีก ๖ วัน เพิ่งจะเข้าเดือนเมษายน ๒๕๖๓ มาไม่กี่วันนี้ มีคนติดเชื้อไวรัสโคโรนา หนึ่งล้านสามแสนกว่าคน แค่ภายใน ๓ เดือน พอถึงหลักล้านแล้วเชื้อจะแพร่กระจายอย่างรวดเร็ว อีกไม่ถึง ๗ วัน จะมีคนติดเชื้อถึง ๒ ล้านคน พอติดเชื้อเข้าระดับ ๒ ล้านคน เพียงระยะไม่ถึง ๕ วัน จะมีคนติดเชื้อเพิ่มขึ้นไปถึง ๓ ล้านคน นี่คือความรวดเร็วของการแพร่ระบาด ตอนนี้จีนมีคนติดเชื้อไปแค่ ๘ หมื่นกว่าคน **เพราะจีนมีวิธีการควบคุมและป้องกันได้ดี** จนเป็นต้นแบบของประเทศทั่วโลก และประเทศไทยติดเชื้อแค่สามพันคน

ประเทศสหรัฐอเมริกามีเวลาตั้งตัวนานกว่าจีนมาก แต่ประมาท ตอนนี้ติดไปสามแสนกว่าคน นับว่ามากที่สุดในโลก เสียชีวิตถึงหนึ่งพันคน ประธานาธิบดีสหรัฐอเมริกาประกาศให้คนอเมริกันเตรียมใจว่าใน ๑ หรือ ๒ สัปดาห์ต่อไปนี้ คนอเมริกันจะเสียชีวิตเป็นใบไม้ร่วง เจ้ากรมการแพทย์ทหารของสหรัฐอเมริกาออกมาประกาศว่า ตอนนี้ประเทศสหรัฐอเมริกาประสบภาวะไม่ต่างจากสงคราม คล้าย ๆ กับเหตุการณ์ที่เพิร์ลฮาเบอร์ถูกถล่มในช่วงสงครามโลกครั้งที่ ๒ คล้ายกับตึกเวิลด์เทรดโดนถล่มเรียกว่าเหตุการณ์ ๙/๑๑ คนอเมริกันต้องตื่นตัว ตั้งรับกับเหตุการณ์ถูกโจมตีจากไวรัสไม่แพ้สงครามอันหฤโหดนั้น ประธานาธิบดีสหรัฐอเมริกาใช้กฎหมายในยามสงครามออกคำสั่งให้บริษัท General Motors ที่ผลิตรถยนต์ให้ผลิตเครื่องช่วยหายใจ ซึ่งตอนนี้ไม่เพียงพอต่อคนอเมริกันที่ติดเชื้อ อเมริกาประกาศสงครามอย่างเปิดเผย เพราะถ้าไม่ทำอย่างนั้นคนจะติดเชื้อหลายล้านคน เสียชีวิตอย่างน้อยเป็นแสนคน ผู้เชี่ยวชาญทางการแพทย์ของสหรัฐฯ พยากรณ์ไว้ผ่านซีเอ็นเอ็น

ประเทศที่ไม่มีเวลาตั้งตัวในยุโรป และเป็นศูนย์กลางการแพร่กระจายในยุโรปคือ **อิตาลี** มีคนติดเชื้อ ณ ชั่วโมงนี้ หนึ่งแสนสามหมื่นกว่าคน เสียชีวิตไปแล้วหนึ่งหมื่นห้าพันคน ไม่มีแม้ที่เก็บศพ ไม่มีแม้ที่เผาศพ เมืองที่โดนหนักคือลอมบาร์ดี

สิ่งเหล่านี้เป็นโศกนาฏกรรม เกิดขึ้นเพราะความเร็วไม่เพียงพอ ถ้าทำอะไรให้เร็วกว่านี้ ตัดสินใจฉับพลันกว่านี้ คนจะติดเชื้อน้อยกว่านี้ เสียชีวิตน้อยกว่านี้ในประเทศนั้น ๆ แต่เมื่อเชื่องช้าเฉื่อยชาก็เป็นโศกนาฏกรรม

สหรัฐอเมริกาเองเมื่อจีนกำลังลำบากในช่วงเดือนมกราคม มีคนติดเชื้อ ๗๐,๐๐๐ - ๘๐,๐๐๐ คน ประธานาธิบดีออกมาประกาศว่า โรคจากไวรัสนี้เป็นเพียงไข้หวัดใหญ่ธรรมดา ซึ่งไข้หวัดใหญ่นี้ยังทำให้คนสหรัฐตายแต่ละปี ๒๕,๐๐๐ - ๖๙,๐๐๐ คน ที่เสียชีวิตเพราะไวรัสไข้หวัดใหญ่ยังมากเสียอีก จะมากังวลอะไรกับไวรัสโคโรนา วันที่ประกาศนั้นคนอเมริกันติดเชื้อแค่ ๒๕ คน เพราะฉะนั้นจึงไม่เดือดร้อนอะไร เมื่อเปรียบกับคนจีนที่ติดเป็นหมื่น

จีนมีบทเรียนมาจาก**โรคซาร์ส (Sars)** ที่ระบาดเมื่อปี ๒๕๔๖ เชื้อเข้าโจมตีที่ปอดเหมือนกัน คนทั่วโลกเสียชีวิตไป ๗๗๔ คน ก็ถือว่าร้ายแรง บทเรียนนั้นทำให้จีนไม่กล้าชักช้า ถ้าปล่อยไปคนจะติดเชื้อกันทั้งประเทศ ซึ่งจีนมีคนทั้งประเทศถึง ๑,๔๐๐ ล้านคน เพราะฉะนั้นจีนจึงประกาศปิดเมืองอู่ฮั่นในวันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๖๓ สั่งปิดเมืองทันที ไม่ใช่แค่ปิดสถานบันเทิง ให้ปิดการจราจรเข้าออกเมืองทั้งหมด ประกาศเคอร์ฟิว ๒๔ ชั่วโมง ให้มีผู้แทนแต่ละครอบครัว ๑ คน ไปซื้ออาหาร นอกนั้นไม่ให้ออกจากบ้าน

จีนปิดเมือง ๒ เดือน เพิ่งผ่อนคลายปลายเดือนมีนาคม **"ผลคือมีการควบคุม และป้องกันไวรัสได้อย่างมีประสิทธิภาพ"** ปิดเมืองอย่างนี้ไม่ต่ำกว่า ๑๓ เมือง คนในห้ามออกคนนอกห้ามเข้า

ทำให้หยุดการแพร่ระบาดของไวรัสได้ ถ้าจีนไม่ทำอย่างนี้ ๑,๔๐๐ ล้านคนต้องติดเชื้อโรคอย่างแน่นอน ไม่มีทางหลีกเลี่ยงได้

นี่คือ **"ความเร็ว"** เร็วเพราะจีนมีประสบการณ์อันขมขื่นจากโรคซาร์ส (Sars) ซึ่งเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจเหมือนกัน แต่ไวรัสโคโรนาเป็นไวรัสสายพันธุ์ใหม่ มีดีเอ็นเอใกล้เคียงกับโรคซาร์สถึง ๘๐ เปอร์เซ็นต์ เป็นเชื้อโรคที่กลายพันธุ์มาจากโรคซาร์ส แต่เก่งกว่า เป็นเชื้อไวรัสที่น่ากลัวมากกว่า เชื้อไวรัสนี้จึงประกาศสงครามกองโจรใต้ดินกับมนุษยชาติ

ถ้าโรคซาร์ส (Sars) หรือไวรัสอื่น ๆ แม้กระทั่งไข้หวัด เป็นไวรัสตระกูลเดียวกัน จะมีอาการคัดจมูก น้ำมูกไหล มีอาการไอ เมื่อมีอาการก็เพียงบอกให้คนอื่นออกไปอยู่ห่าง ๆ จะได้ไม่ติดเชื้อ แสดงให้เห็นว่าต้องมีอาการก่อนที่จะแพร่เชื้อ แต่ **"ไวรัสโคโรนาหรือ Covid-19"** ที่ย่อมาจากคำว่า **"Coronavirus ปี 2019"** ฝรั่งนิยมเรียกว่า **"ไวรัสโคโรนา"** ซึ่งได้เปิดสงครามกองโจรโดยไม่ต้องรอให้ผู้ป่วยติดเชื้อแสดงอาการ ตัวเชื้อโรคก็แพร่เชื้อได้ เมื่อไปรับเชื้อมาจากคนอื่น เชื้อจะฟักตัวภายใน จะมีอาการ เช่น ไอแห้ง ๆ เจ็บคอน้ำมูกไหล ปวดศีรษะ หายใจถี่ ๆ ไม่เต็มปอด เมื่อมีอาการเหล่านี้ อย่างใดอย่างหนึ่ง ควรสันนิษฐานว่าอาจจะติดเชื้อไวรัสโคโรนา ให้รีบไปตรวจอาการ ว่ามีเชื้อหรือไม่ ตรวจได้เร็วโอกาสเสียชีวิตมีน้อย เพราะเชื้อยังไม่ลงปอด กว่าจะแสดงอาการที่ติดเชื้ออย่างเร็ว ๒ วัน อย่างช้า ๑๔ วัน เชื้อเข้าฟักในตัวอย่างมากสุด ๑๔ วัน จึงมีการให้กักตัวกักบริเวณ ๑๔ วัน ถ้า ๑๔ วันแล้วยังไม่แสดงอาการใด ๆ ดังกล่าวมาแสดงว่าไม่ติดเชื้อ แต่ถ้าภายใน ๑๔ วัน มีอาการไอมาก การหายใจหอบและถี่ ติดเชื้อไวรัสอย่างแน่นอน ต้องเข้าโรงพยาบาลอย่างเดียว เพื่อป้องกันไม่ให้แพร่เชื้อไปยังคนอื่น

ไวรัสโคโรนา แพร่เชื้อโดยไม่แสดงอาการ ภาษาฝรั่งเรียกว่า อะซิมทอเมติค โรคนี้แสดงอาการก็แพร่เชื้อ ไม่แสดงอาการก็แพร่เชื้อ เหมือนเปิดศึกทั้งบนดินและใต้ดิน บางประเทศไม่ได้เรียนรู้จากจีน ตรวจเฉพาะคนที่มีอาการ พอเป็นหวัด ไอ หอบถึงให้ไปตรวจเชื้อไวรัส ตรวจแต่เฉพาะคนที่มีอาการ ไม่ตรวจพวกที่ยังไม่มีอาการ กว่าจะรู้ตัวว่าทำผิด ก็ติดกันทั้งประเทศ ที่เสียชีวิตมากที่สุดในโลกตอนนี้คืออิตาลี อิตาลีไม่ใช่ว่าไม่เจริญทางการแพทย์ การแพทย์เจริญกว่าประเทศไทย แต่นโยบายเชื่องช้าและผิดพลาด ตรวจไม่ทัน ไม่ดำเนินการตรวจกลุ่มเสี่ยง นี่เรียกว่าแพ้กันที่ความเร็ว

ประเทศจีนไม่รั้งรอ พอใครไปพื้นที่เสี่ยง เขาเรียกมาตรวจหมด คนที่ไปเมืองอู่ฮั่นออกมาที่หางโจว มาที่ปักกิ่ง ต้องเรียกตรวจหมด ถ้าที่ปักกิ่งติดเชื้อหนึ่งคน ถามว่าไปสัมผัส ไปพบปะคนมากี่คน ตามตรวจคนที่ไปสมาคมด้วยทั้งหมด ทั้งที่ยังไม่แสดงอาการ ทั้งสั่งให้กักตัวกักบริเวณเป็นเวลา ๑๔ วัน

วิธีนี้เกาหลีใต้นำมาใช้ เกาหลีใต้ไล่ตรวจคนเป็นแสน ที่อยู่ในกลุ่มศาสนา เมื่อศาสนานิกายหนึ่ง มีศาสนิกสองแสนกว่าคน หนึ่งในนั้นมีคุณป้ามหาภัยเป็นสมาชิก ทางการเรียกตรวจ

ทั้งสองแสนคนทั่วประเทศ ใครเป็นสมาชิกนิกายนี้ตรวจหมด ที่ไปเกี่ยวข้องกับใครตรวจทั้งหมด นี่คือวิธีการของเกาหลีใต้ ตรวจพบว่าติดเชื้อไป ๘,๐๐๐ คนเวลานี้ แต่เสียชีวิตไม่มาก จึงระงับการแพร่กระจายของเชื้อโรคโดยไม่ต้องปิดประเทศและปิดเมือง ทำแค่กักตัวคนที่แพร่เชื้อให้ใส่หน้ากากอนามัย ให้อยู่กับบ้าน ให้เข้ารักษาที่โรงพยาบาล เกาหลีใต้ทำได้สำเร็จโดยไม่ต้องปิดบ้านปิดเมือง แต่ว่าไล่ตรวจไวรัสกันอย่างจริงจัง เป็นประเทศแรกที่คิดระบบการขับรถไปเทียบกับที่ตรวจที่เรียกว่าไดร์ฟทรู ประเทศไทยเลียนแบบมาจากเกาหลีใต้ อิตาลีไม่ทำ สเปนไม่ทำ ตอนนี้ช้าไปแล้ว เสียชีวิตกันมากติดเชื้อกันมาก ทั้งสองประเทศนี้ก็ไม่ทำในเรื่องการไล่ตรวจ ที่หนักไปกว่านั้นในประเทศสหรัฐอเมริกาคือไม่ปิดเมืองไม่ปิดประเทศ มีแต่ขอร้องใช้คำว่า Guideline แปลว่าข้อแนะนำไม่ใช่คำสั่ง ตำรวจจึงไม่จับไม่ปรับ ถ้าจะไม่อยู่บ้าน ถ้าจะไปเที่ยวแพร่เชื้อ เขาบอกว่าเป็นประชาธิปไตยและนั่นก็ทำให้สหรัฐอเมริกาติดเชื้อมากที่สุดในโลก เพราะชักช้า ความชักช้าไม่กล้าตัดสินใจ สร้างหายนภัย ในยามวิกฤตเช่นนี้ต้องกล้าตัดสินใจ

ประเทศไทยเกือบไปแล้ว พระเทศน์มาทุกครึ่งเดือน บ่นมาตั้งแต่ครั้งที่แล้วว่าทำไมชักช้ากว่าถั่วจะสุกงาก็ไหม้ วันที่ ๑๔ มีนาคม ๒๕๖๓ ประเทศไทยมีคนติดเชื้อ ๘๒ คนเท่านั้น แต่เพราะความชักช้าไม่ทำอะไรให้รวดเร็ว คนติดเชื้อเพิ่มขึ้นเป็นพันคน ภายใน ๑๐ วัน มีจำนวนคนติดเชื้อจาก ๘๒ คน เพิ่มขึ้นเป็น ๑,๐๐๐ คน ในวันประกาศสถานการณ์ฉุกเฉิน ๒๖ มีนาคม เมื่อวานติดเชื้อ ๒,๒๒๐ คน ถ้าไม่ประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินวันนี้ไม่ต่ำกว่า ๓ พันคน ช้าไปเพียงหนึ่งก้าว ไวรัสเพิ่มขึ้นอย่างน่ากลัว เพราะฉะนั้นไม่ต้องรอฝ่ายคุมนโยบายของบ้านเมือง ไม่ต้องรอว่าจะต้องมีคนติดเชื้อเพิ่มเป็นหนึ่งพัน ห้าพัน หนึ่งหมื่น แล้วค่อยทำอย่างนั้นอย่างนี้ **"ต้องกล้าตัดสินใจ เพราะนี่เป็นภาวะคับขัน"** ดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกไว้ ณ เบื้องต้นว่า **"อุกฺกฏฺเฐ สูรมิจฺฉนฺติ"** เป็นต้น แปลความว่า **"ในยามคับขันย่อมต้องการคนกล้า ในยามปรึกษาหารือ ย่อมต้องการคนที่ไม่พูดพล่าม"**

ตอนนี้เรียกว่า **"ยามคับขัน"** สถานการณ์ฉุกเฉิน ช้าเพียงวันเดียวจะติดเชื้อกันหมด เพราะฉะนั้นเราจะต้องปฏิบัติการอย่างรวดเร็ว ล่วงหน้าไวรัสไปหนึ่งก้าวเสมอ ไม่ต้องรอให้คนติด ๕,๐๐๐ คนแล้วค่อยประกาศสถานการณ์ฉุกเฉิน เพราะถ้าถึงตอนนั้น คนติดเชื้อจะเต็มบ้านเต็มเมืองโรงพยาบาลไม่พอรองรับ สำคัญที่สุดคือ Ventilators แปลว่าเครื่องช่วยหายใจ เมื่อเครื่องช่วยหายใจไม่เพียงพอ เชื้อไวรัสลามลงปอด คนไข้เสียชีวิตสถานเดียว อิตาลี สเปนกำลังเจอปัญหานี้อยู่ นิวยอร์กมีคนติดเชื้อเป็นแสนคน เครื่องช่วยหายใจไม่พอ เสียชีวิตกันมากมาย ขนาดเป็นประเทศที่เจริญแล้วเรียกว่า "สถานการณ์ที่ทางการแพทย์รองรับไม่ไหว" ประเทศไทยมีคนแค่ ๗๐ ล้านคน แพทย์พยาบาลมีจำนวนจำกัด เครื่องไม้เครื่องมือมีจำนวนจำกัด ถ้าหากว่าจำนวนคนติดเชื้อเพิ่มเป็นหมื่นคน หายนะแน่นอน **"ต้องทำเร็ว ต้องคุมเร็ว"**

เรื่องความรู้ ภาษาบาลีว่า **“มนฺตีสุ อกุตูหลํ”** แปลว่า **“ในยามปรึกษาหารือ อย่าพูดพล่าม”** คืออย่ามั่ว อย่าปล่อยข่าวลือ อย่าส่งเฟกนิวส์ และอย่าคิดผิด ๆ ความไม่รู้เป็นความพ่ายแพ้อย่างหนึ่งให้กับโรคไวรัสนี้ ความไม่รู้ทำให้ตัดสินใจผิดพลาด ตอนแรกอิตาลีไม่รู้ว่าไวรัสโคโรนาแพร่เชื้อโดยไม่ต้องแสดงอาการ จึงไม่ได้มีการตรวจกลุ่มเสี่ยง นั่นก็เป็นความหายนะ ไม่มีใครรู้มาก่อน แต่ควรจะดูประเทศที่ทำมาแล้วอย่างจีน เกาหลีใต้ ว่าทำกันอย่างไรจึงได้ประสบความสำเร็จ สิ่งหนึ่งที่ประเทศไทยเกือบพลาดเหมือนอิตาลี คือการประกาศปิดสถานบันเทิงและสถานที่ท่องเที่ยวยามกลางคืน ทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด ไม่มีการประกาศสถานการณ์ฉุกเฉิน ผู้คนเป็นเหมือนผึ้งแตกรัง พอประกาศปิดสถานที่ ๒๖ แห่งในกรุงเทพ ฯ เท่านั้น วันรุ่งขึ้นคนพากันแห่ออกไปต่างจังหวัดเป็นหมื่นเป็นแสนคน และนำเชื้อไวรัสออกไปแพร่ระบาดต่างจังหวัดอย่างมากมายมหาศาล จนทุกวันนี้

บทเรียนนี้เกิดขึ้นแล้วที่อิตาลี อิตาลีพอมีคนเสียชีวิตกันมาก ๆ ได้ประกาศปิดเมืองที่ลอมบาร์ดี แต่ไม่ปิดเมืองทางภาคใต้ ผลก็คือไวรัสกระจายไปทั่วประเทศ จึงไม่แปลกที่ประเทศไทยเรียนรู้จากปัญหาเหล่านี้ สหรัฐอเมริกาปิดบางสถานที่ในนิวยอร์ก แต่ไม่ปิดทั้งเมือง คนนิวยอร์กแห่ไปที่นิวเจอร์ซีย์ซึ่งติดกัน นิวเจอร์ซีย์วันนี้ มีคนติดเชื้อไป ๔๐,๐๐๐ คน เหตุเพราะไม่ยอมปิดเมืองทั้งหมด ประเทศไทยเรียนรู้จากความผิดพลาดนั้น วันที่ ๒๖ มีนาคม พอคนพากันแห่ออกไปต่างจังหวัด ทางการขอความร่วมมือคนก็ไม่เชื่อ จึงประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินไม่ให้คนออกไปต่างจังหวัด แต่ก็ยังมีคนพากันเดินทางออกไป ต้องตั้งด่านตรวจเท่านั้นยังไม่พอ ตอนนี้ประกาศเคอร์ฟิวจากสี่ทุ่มถึงตีสี่ ถ้ายังไม่ได้ผลอาจจะเป็น ๑๒ ชั่วโมงเหมือนบางประเทศ ถ้ายังไม่ได้ผลคือจำนวนผู้ติดเชื้อไม่ลดลงอย่างต่อเนื่องอาจจะประกาศเคอร์ฟิว ๑๘ ชั่วโมง และถ้ายังไม่ได้ผลอีกต้องทำเหมือนจีนคือปิด ๒๔ ชั่วโมง ซึ่งจะเป็นยาแรงในแต่ละขั้น เรื่องเหล่านี้ไทยมีโอกาสศึกษาจากต่างประเทศที่ทำสำเร็จแล้วนำมาปรับใช้ในประเทศ ส่วนที่ล้มเหลวหรือมีปัญหาอย่าได้นำมาเป็นตัวอย่าง เช่นในสหรัฐอเมริกายังเถียงกันอยู่จนทุกวันนี้ เพิ่งมาตัดสินใจเมื่อวาน เถียงกันว่าควรจะใส่หน้ากากหรือไม่ ฝ่ายหนึ่งบอกว่า **“ควรใส่หน้ากากเวลาออกไปนอกที่พัก”** อีกฝ่ายหนึ่งบอกว่า **“คนทั่วไปไม่ต้องใส่ ให้ใส่เฉพาะคนป่วยที่ติดเชื้อโควิดแล้วเท่านั้น”** เราจึงเห็นฝรั่งในประเทศไทยไม่ยอมใส่หน้ากาก ในอเมริกาก็ยังถกเถียงกันอยู่ คนติดเชื้อร้ายเดินขวักไขว่กันทั่วประเทศ คนอเมริกันจำเป็นต้องใส่หน้ากากอนามัย แต่หน้ากากมีจำนวนไม่เพียงพอจึงอนุญาตให้ใช้ผ้าสวมแทนหน้ากากอนามัย เมื่อวานนี้สหรัฐอเมริกาประกาศออกมาว่าใช้หน้ากากผ้าได้

ประเทศไทยตัดสินใจรวดเร็วกว่า คนไทยไม่ว่าติดเชื้อหรือไม่ติดเชื้อต้องใส่หน้ากากอนามัยเหมือนกันหมด คนไทยเล่าให้ฟังว่าตนใส่หน้ากากอนามัยในประเทศไทยไม่มีปัญหา เมื่อไปมาเลเซียตอนนั้นคนมาเลย์ไม่ติดเชื้อมากนัก พอเห็นคนไทยใส่หน้ากาก คนมาเลย์เดินหลบกันเป็นทาง

เพราะคนมาเลย์คิดเหมือนฝรั่งว่าใครใส่หน้ากากแปลว่าติดเชื้อโควิด คนมาเลย์จึงไม่ใส่หน้ากาก ในที่สุดมาเลเซียติดเชื้อครั้งใหญ่เพราะการชุมนุมทางศาสนา มีผู้ติดเชื้อมหาภัย วันนี้มาเลเซียติดเชื้อ ๓,๐๐๐ กว่าคน เชื้อโรคแพร่กระจายเร็วกว่าประเทศไทย มาเลเซียจึงประกาศปิดประเทศ

อินโดนีเซียตอนนี้มีคนติดเชื้อโควิดแซงหน้าประเทศไทยไปแล้ว เหตุเพราะการชุมนุมทางศาสนา ประเทศไทยตื่นตัวไว ทำไว อาตมภาพผู้เทศน์เริ่มก่อนเลย ตั้งแต่วันที่ ๒๘ กุมภาพันธ์ ตอนนั้นยังไม่มีใครตื่นตัวเรื่องศาสนา ในฐานะเป็นกรรมการมหาเถรสมาคม อาตมภาพได้ขอมติมหาเถรสมาคมว่าช่วยประกาศให้คณะสงฆ์ระงับกิจกรรมทางศาสนาที่มีความเสี่ยง มิฉะนั้นสถานการณ์จะเป็นเหมือนเกาหลีใต้ กรรมการมหาเถรสมาคมรูปอื่น ๆ ถามว่า ท่านจะขอทำไม จึงบอกว่า เพื่อนำไปอ้างให้งดการจัดกิจกรรมงานวิสาขบูชาโลก ตอนนั้นฝ่ายเตรียมการได้เตรียมสถานที่ เตรียมโรงแรมที่พักต่าง ๆ เดินหน้าเต็มกำลัง

วิสาขบูชาโลกมีกำหนดจัดต้นเดือนพฤษภาคม ปลายเดือนกุมภาพันธ์ประเทศไทยยังติดเชื้อโควิดไม่กี่คน วันที่ ๑๔ มีนาคมติดเชื้อยังไม่ถึง ๑๐๐ คน แต่เรื่องนี้ต้องตัดสินใจเร็ว ในฐานะเป็นกรรมการมหาเถรสมาคม จึงขอให้มหาเถรสมาคมมีมติระมัดระวังในการจัดกิจกรรมทางศาสนา และก็นำมติมหาเถรสมาคมนี้ไปอ้าง อาตมภาพออกประกาศเป็นภาษาอังกฤษส่งหนังสือออกไปทั่วโลกว่า **"ระงับการจัดงานวิสาขบูชาโลกที่ประเทศไทยเป็นเจ้าภาพ"** มิฉะนั้นคนทั่วโลกจาก ๘๐ ประเทศจะเดินทางมารวมกันที่ประเทศไทย และนั่นจึงเป็นเหตุให้มีการระงับกิจกรรมทางศาสนาในวัดวาอารามในประเทศไทย เราตัดสินใจได้รวดเร็ว ไม่นำกิจกรรมทางศาสนามาเป็นต้นเหตุให้แพร่เชื้อโควิดไปทั่วประเทศเหมือนเกาหลีใต้และมาเลเซีย แต่ไทยก็โชคร้ายที่เชื้อไม่ระบาดทางกลุ่มศาสนา แต่ไประบาดผ่านสถานบันเทิงและสนามมวย ทางการจึงต้องสั่งปิดสถานที่เหล่านั้นจนบัดนี้ นี่คือ **"ความเร็ว"**ถ้าเร็วไม่พอ และ**รู้ไม่พอ** ก็เสียชีวิตสถานเดียว

ที่ว่ามี **ความรู้** คือต้องรู้ว่า ในวัดวาอารามต้องรักษาระยะห่างทางสังคมอย่างน้อย ๑ เมตร ตอนสวดมนต์ละอองน้ำลายจะฟุ้งกระจาย ถึงต้องให้ใส่หน้ากากตลอดเวลา ละอองน้ำลายจะได้ไม่กระจาย ในเวลาสวดมนต์อย่านั่งใกล้กัน ตอนเชื้อโรคระบาดนั้นในการบวชพระ ถ้าพระอันดับนั่งห่างกันเกินหัตถบาส (๑ ศอกกับ ๑ คืบ) ก็บวชไม่ได้ เพราะการนั่งรักษาระยะห่างกัน ๑ เมตร จะทำให้สังฆกรรมเสีย จึงต้องให้ระงับหรือเลื่อนพิธีบวชพระไปโดยปริยาย

เมื่อพระเณรไปสวดศพก็ให้ใส่หน้ากาก และบอกให้ญาติโยมใส่หน้ากากรักษาระยะห่างทางสังคม เพื่อให้ตัวพระเณรปลอดภัย เมื่อพระเณรปลอดภัยจากการที่ไปสวด ก็จะได้ไม่นำเชื้อมาแพร่ให้พระเณรในวัดเดียวกัน **เหมือนการกำจัดปลวก** ปัจจุบันนี้มีวิธีกำจัดปลวกโดยง่ายโดยไม่ต้องฉีดยาลงไปในรังใต้ดิน อย่างในพระอุโบสถนี้ เวลามีปลวกขึ้น จะใช้วิธีนำเหยื่อมาล่อปลวก วางไว้ให้ปลวกที่เป็นมดงานมาคาบเหยื่อไปที่รังปลวก เหยื่อนั้นมีพิษ พอนำเหยื่อไปป้อนให้นางพญาปลวกและปลวกอื่น ๆ ปรากฏว่าปลวกทั้งหมดตายยกรัง ในทำนองเดียวกัน

เจ้าภาพนิมนต์พระไปงานไม่กี่รูปเพราะเห็นแก่อามิสเห็นแก่ลาภ พระเอาใจญาติโยมนั่งชิดกัน ไม่ใส่หน้ากากสวดมนต์จนน้ำลายฟุ้งกระจายใส่กัน ได้รับถวายปัจจัยเป็นเหยื่อมาพร้อมเชื้อโควิดที่พามาติดพระในวัด ปรากฏว่าตายยกรังทั้งวัด ต้องปิดทั้งวัด เหตุเพราะติดเชื้อเพียงรูปเดียว

ประเทศไทยจัดการเรื่องโควิดรวดเร็ว เมื่อคนไข้โควิดไปสัมผัสใครมาบ้าง ทางการไล่ตรวจย้อนหลังหมด ใครไปอยู่กลุ่มเสี่ยงก็ตรวจหมด ใครเป็นหวัดให้กักตัว ถ้าไม่ทำอย่างนี้ ไทยจะเป็นเหมือนอิตาลีที่ทุกวันนี้มีผู้เสียชีวิตมากที่สุดในโลก เพราะฉะนั้นพอระแวงระวังว่าใครจะติดเชื้อแค่ไออย่างเดียวต้องกักตัว ๑๔ วัน

วัดประยุรวงศาวาสเตรียมที่กักตัวผู้ติดเชื้อไว้แล้ว โดยตั้งคณะกรรมการขึ้นมา มีท่านเจ้าคุณพระวิมลปัญญาภรณ์เป็นประธาน และพระครูโสภณปริยัตยานุกิจเป็นเลขานุการคณะกรรมการ มีมติออกนโยบายกำกับการประพฤติปฏิบัติของพระเณรในเรื่องต่าง ๆ เช่น ถ้าใครเป็นหวัดเกรงว่าจะติดเชื้อโควิดให้แยกตัวไปกักบริเวณ ถามว่าจะให้กักตัวบริเวณไหน โรงเรียนส่งเสริมฯ ก็ไม่ให้ใช้ที่ตรงนั้นกักตัวเพราะมีการเรียนการศึกษา สำหรับคนที่ติดเชื้อแต่ยังไม่แสดงอาการทางวัดจะให้นำเชื้อไปละบาดที่โรงเรียนไม่ได้ ปรากฏว่าตอนนี้เหลืออยู่ที่เดียวที่ไม่มีใครค่อยเข้าไปทั้งกลางวันและกลางคืน คือที่ศาลา ๖๐ เพราะเราเตรียมจะรื้อขนของออกมาแล้ว ตรงนั้นยังว่างอยู่ ใครติดเชื้อหรือใครเป็นที่สงสัยเพราะมักเที่ยวไปโน่นไปนี่ไม่อยู่กับวัด จะให้ไปกักบริเวณที่ศาลา ๖๐ เป็นเวลา ๑๔ วัน ถ้าตายเพราะโควิดก็ตั้งสวดศพที่ศาลา ๖๐ แถมเผาฟรีด้วย นี่คือนโยบายของคณะกรรมการ

ฉะนั้นช่วงนี้เราต้องมีความรู้ความรวดเร็วเท่านั้นจึงจะพาชาติอยู่รอด "รวดเร็ว รอบรู้ อยู่รอด รักษาระยะห่างทางสังคม" แต่ให้ตระหนักอย่าตระหนก เชื้อโควิดเราป้องกันได้เพียงใส่หน้ากากอนามัย เวลาฉันอย่าไปฉันแบบคณโภชน์ (ฉันรวมกัน) อย่าฉันล้อมวงในตอนนี้ ให้ฉันในบาตร ฉันแยกกัน อย่างเช่นวันนี้แจกอาหารกล่องจากบริษัทไทยเบฟเวอเรจที่คุณฐาปนให้นำมาถวาย

ก่อนเข้าพระอุโบสถนี้ต้องล้างมือด้วยเจล ก่อนออกไปก็ต้องใช้เจลล้างมือ หรือกลับไปล้างด้วยสบู่ แม้จะใส่หน้ากากแล้วก็ตาม มือที่ไปจับสิ่งนั้นสิ่งนี้แล้วป้ายที่จมูก ที่ปาก ที่ตา จะติดเชื้อเข้าไปโดยง่ายหรือเมื่อนั่งเทศน์อยู่ตรงนี้ หลังเทศน์เสร็จก็ต้องล้างมือด้วยเจล และใส่หน้ากากเหมือนกัน

พระเณรถ้าไปนอกวัดกลับมา ต้องรีบซักจีวรทันที ต้องรีบอาบน้ำ เพราะเชื้อโรคติดที่จีวรมาเชื้อนั้นจะอยู่ได้เป็นวัน เราต้องรู้ทัน ความรู้ทันทำให้เกิดความระมัดระวัง จะทำให้แก้ไขได้อย่างรวดเร็ว แต่ไม่ใช่เป็นโรคประสาทเป็นพวกโฟเบีย มีอะไรก็กลัวไปหมด

จำไว้ว่าเรารักษาระยะห่างทางกาย แต่ไม่ได้รักษาระยะห่างทางตากับทางหู เมื่ออยู่วัดเดียวกันดูแลกัน คอยถามไถ่ถึงการอยู่ดีมีสุข อย่าได้ทอดทิ้งกัน เช่นวันนี้พระเณรลงโบสถ์กันมากน่าชื่นใจจะได้เห็นกัน รูปนั้นรูปนี้ยังอยู่ดีมีสุข แต่หลายรูปครึ่งเดือนแล้วยังไม่เคยเห็นหน้าเลย ไม่รู้เป็นอย่างไร

บ้าง รูปที่อยู่กุฏิข้าง ๆ คอยถามไถ่กันบ้าง เพราะไม่ได้รักษาระยะห่างทางหู ตะโกนคุยกันได้ ฟังเสียงตามสายได้ โทรศัพท์หากันได้ **"ห่างกายแต่อย่าห่างใจ ห่างกายแต่ไม่ห่างเหิน อย่าเป็นคนห่างเหินไม่ดูแลทุกข์สุขกัน"** คอยให้กำลังใจกัน

เจ้าอาวาสเองถึงจะระมัดระวังอย่างไรก็ตาม เมื่อออกมาเทศน์ในพระอุโบสถอย่างนี้ แสดงว่าไม่ห่างเหินกัน ต้องการให้ความรู้และความรวดเร็วในการควบคุมป้องกันโควิด และเพื่อแสดงว่าไม่ห่างเหินกัน ได้บอกบุญญาติโยมหลายฝ่าย ให้นำข้าวสารอาหารแห้งมาถวายพระทั้งวัด แจกชุมชน ๖ ชุมชน ดูแลกันในยามทุกข์ยาก แต่อย่าใกล้ชิดกัน ไม่ได้ห่างเหินแต่ยังห่วงใย ชุมชนวัดประยูรฯ ชุมชนวัดบุปผาราม ชุมชนวัดกัลยาณ์ ชุมชนกุฎีจีน ชุมชนกุฎีขาว ชุมชนโรงคราม ดูแลกันด้วยการมอบของให้ประธานชุมชนที่เป็นผู้แทนเท่านั้นมารับไปแจกจ่ายให้กับสมาชิกของชุมชน ไม่แจกไม่ให้คนเป็นจำนวนมากที่เข้ามาแออัดแน่นวัด เพราะอาจจะนำพาเชื้อโรคเข้าวัดมาด้วย ผู้แทนชุมชนนำไปแจกจ่ายกันเองถึงบ้าน นี่แสดงความห่วงใย ไม่ใช่ว่าห่างเหินกัน ห่างกายได้แต่อย่าห่างใจ ช่วยกันรักษาระยะห่างทางสังคมทั้งในวัดและนอกวัด

มีข่าวเมื่อวานนี้คนอายุ ๒๘ ปีตายเพราะติดเชื้อไวรัส ทั้ง ๆ ที่ไม่ได้ออกไปไหนเลย เมื่อสืบไปสืบมาแล้วรู้ว่าภรรยาของผู้ตายออกไปทำงาน คนในที่ทำงานติดเชื้อไวรัส นำมาแพร่ให้โดยไม่รู้ตัว และไม่ออกอาการ ภรรยาเป็นพาหะนำเชื้อมาติดให้กับสามี สามีกว่าจะรู้ตัวก็สายเกินแก้แล้ว เชื้อกระจายลงปอดเสียชีวิตแล้ว

เพราะฉะนั้น พระหนุ่มเณรน้อยยังแข็งแรง อาจจะติดเชื้อเข้าไปได้ถ้าไม่ระมัดระวังแล้วพาเชื้อไปแพร่ต่อให้พระเณรอื่นในวัด ช่วยดูแลกันและกัน **"อตฺตานํ ภิกฺขเว รกฺขนฺโต"** ได้เคยเทศน์มาแล้วว่า **"ภิกษุทั้งหลาย เมื่อรักษาตนเองชื่อว่ารักษาคนอื่น"** เมื่อรักษาคนอื่นห่วงใยคนอื่น ห่วงใยคนในบ้าน ในสังคมก็ชื่อว่ารักษาตัวเอง และเราจะพากันผ่านพ้นวิกฤตไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ที่เรียกว่าโควิด ๑๙ ไปด้วยกัน

วันนี้หลังจากเทศน์เสร็จ ขอให้เข้าแถวระยะห่าง ๑ เมตรเป็นอย่างน้อย ไปรับของถวายจากผู้มีจิตศรัทธาจากหลายฝ่าย เพื่อแสดงว่าคนเหล่านั้นยังเป็นห่วงกันและกัน **ห่างกายแต่ไม่ห่างใจ** แล้วอย่าไปฉันให้หมดทีเดียว เก็บไว้ในยามฉุกเฉินบ้าง ถ้าทางการประกาศปิด ๒๔ ชั่วโมงจะทำให้ลำบาก อย่าไปฉันทีเดียวจนอ้วนเป็นแมว ออกมาเดินหน้าโบสถ์หน้าวิหารบ้าง ไปเยี่ยมเยือนกันได้ เพียงแต่รักษาระยะห่างทางสังคม ไม่ได้ห้ามการใช้โทรศัพท์ติดต่อหากัน เหล่านี้ก็จะทำให้เราอยู่รอดปลอดภัยด้วยกัน

วันนี้ใช้เวลาพอสมควรเพื่อส่งสารไปยังผู้ที่อยู่ในวัดนอกวัด ผ่านสื่อโซเชียลมีเดียถ่ายทอดไปทั่วโลก แล้วนำไปออกในรายการทีวี เพื่อให้เราปฏิบัติตัวได้อย่างถูกต้อง คือ ต้องรวดเร็วและรอบรู้ ดังพระบาลีที่ได้ยกไว้ ณ เบื้องต้นว่า **"อุกฺกฏฺเฐ สูรมิจฺฉนฺติ** เป็นต้น แปลความว่า

ในยามวิกฤตในยามคับขันต้องการคนกล้าที่ทำอะไรได้รวดเร็ว ในยามปรึกษาหาความรู้ไม่ต้องการคนที่พูดพล่าม” อะไรดีนำมาลองใช้ ยาดีต้องลองนำมากิน ไม่ต้องเถียงกันเรื่องฟ้าทะลายโจรดีไม่ดีตอนนี้ ถ้าทานแล้วได้ผลดีสำหรับบางคน เก็บสะสมไว้ ตอนนี้ฟ้าทะลายโจรถึงกับขาดตลาดไปแล้ว ยาต่างประเทศมาแรง ชื่อว่า ฟาวิพิราเวียร์ เป็นยาญี่ปุ่นที่บริษัทฟูจิฟิล์มผลิต จีนนำไปใช้ได้ผลดี ตอนนี้ประเทศไทยซื้อเป็นแสนเม็ดแล้ว รับบริจาคบ้างก็มี แต่ว่ายังไม่ใช่ว่าจะรักษาได้ดี ยานี้นำไว้ใช้ตอนที่อาการหนักขั้นปอดอักเสบ ตอนนี้ยาอะไรดีใช้ได้ทั้งนั้น **แมวไม่ว่าขาวหรือดำจับหนูได้เป็นใช้ได้** ยาอะไรที่ว่าดีใช้แล้วปลอดภัย ก็นำมาใช้กัน อย่านั่งเถียงกันไปมาจะทำให้เสียเวลาและเสียชีวิตไปเสียก่อน กว่าถั่วจะสุกงาไหม้เสียก่อน จึงฝากท่านทั้งหลายไว้ด้วยเวลาเพียงเท่านี้

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัยและบุญกุศลที่บำเพ็ญนี้ รวมทั้งเดชะบารมีของหลวงพ่อพระประธานในพระอุโบสถ พระพุทธธรรมวิเชษฐศาสดา หลวงพ่อพระพุทธนาคศักดิ์สิทธิ์ในพระวิหาร พระบรมสารีริกธาตุบนพระเจดีย์ ขอจงมารวมกันเป็นตบะ เป็นเดชะเป็นพลวปัจจัย อำนวยอวยพรให้ทุกท่านจงแคล้วคลาดปราศจากโรคภัยคือโควิดภัยอันเกิดจากโรคระบาดครั้งนี้ โดยมีสุขภาพพลานามัยแข็งแรง เจริญในธรรมยิ่ง ๆ ขึ้นไป ดูแลจิตใจซึ่งกันและกันไม่ให้เกิดความเครียดความกังวล ห่างกันทางกาย แต่ใจอย่าห่างเหินกัน ผ่านพ้นวิกฤตโรคโควิดนี้ไปด้วยกันทุกผู้ทุกคน

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนาใน **อุกกัฏฐกถา ว่าด้วยสถานการณ์คับขัน** พอสมควรแก่เวลา ขอสมมุติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

อัตตทมกถา ว่าด้วยการปรับตัว*

อตฺตานํ ทมยนฺติ ปณฺฑิตาติ.

(ขุ. ธ. ๒๕/๒๕)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนา ใน**อัตตทมกถา ว่าด้วยการปรับตัว** เพื่อเป็นเครื่องประคับประคองฉลองศรัทธา ประดับปัญญาบารมี อนุโมทนากุศลบุญราศีของท่านสาธุชนทั้งหลายผู้ตั้งใจฟังพระธรรมเทศนาในวันนี้ ทั้งในพระอุโบสถนี้และที่ฟังอยู่ทางบ้านผ่านเครือข่ายสื่อสังคมออนไลน์ที่ถ่ายทอดสดไปให้ท่านทั้งหลายได้รับชม รับฟังพร้อม ๆ กัน ทั้งผ่านโทรทัศน์ของมหาจุฬาฯ ทั้งออกอากาศสด และออกอากาศทางสถานีโทรทัศน์ในวันพระใหญ่ เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสถือปฏิบัติเป็นกติกาว่า แสดงธรรมเองในวันนี้มิได้ขาด แต่ผู้ฟังยังไม่ได้รับอนุญาตให้มานั่งกันเต็มพระอุโบสถ เพราะอยู่ในช่วงรักษาระยะห่างทางสังคม ภายในพระอุโบสถวัดประยุรวงศาวาสขณะนี้ พระสงฆ์สามเณรนั่งกระจายกันตามอาสนะและเก้าอี้ที่จัดให้ ซึ่งห่างกันตั้งแต่ ๑ ถึง ๒ เมตร สวมหน้ากากอนามัยยกเว้นผู้เทศน์ ซึ่งอยู่ไกลจากผู้ฟังในห้องประชุมนี้ เรียกว่าปรับตัวไปตามสถานการณ์

การปรับตัวในสถานการณ์ที่ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ หรือเรียกกันว่า โควิด ๑๙ กำลังระบาดนี้ เป็นการปรับตัวทั่วโลก ไม่ใช่เฉพาะในประเทศไทยเท่านั้น ประเทศไหนปรับตัวได้มากก็ควบคุมการแพร่ระบาดได้เร็ว ประเทศไหนปรับตัวได้ช้าก็ควบคุมโรคระบาดได้ยาก คนตายกันมาก มีสถิติให้เห็นอยู่ทุกวัน ประเทศไทยนั้นถือว่าประสบความสำเร็จในการปรับตัวเป็นแบบอย่างของโลกในปัจจุบัน เพราะเราสามารถคุมการแพร่ระบาดของการติดเชื้อใหม่ในแต่ละวันให้ต่ำกว่า ๑๐ คือเลขหลักเดียว บางวันติดเชื้อใหม่แค่ ๓ คน บางวันไม่ติดเลย เราเริ่มเบาใจ พอควบคุมได้อย่างนี้ก็คลายล็อคดาวน์ คือผ่อนคลายในเรื่องการปิดเมือง เปิดโอกาสให้ประชาชนออกนอกบ้าน ทำธุรกิจหาเลี้ยงชีพกันได้มากขึ้น เปิดห้างสรรพสินค้าได้

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านทางโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระแรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๖) ให้แก่ภิกษุ-สามเณร อุบาสก-อุบาสิกา และสาธุชน ออนไลน์จากพระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๒๑ พฤษภาคม ๒๕๖๓

วัดวาอารามสามารถปฏิบัติศาสนกิจได้ โดยต้องรักษาระยะห่างทางสังคม การจัดงานศพก็ทำได้ โดยต้องรักษาระยะห่างเช่นเดียวกัน การชุมนุมกิจกรรมต่าง ๆ ห้ามเกิน ๕๐ คน จากเดิมที่ไม่ให้มีการชุมนุม ตอนนี้ก็เปิดโอกาสให้ประชุมได้โดยเฉพาะในกลุ่มเดียวกัน หน่วยงานที่มีพนักงานจากบริษัทเดียวกันและส่วนราชการเดียวกันสามารถจัดประชุมได้ แต่ห้ามเกิน ๕๐ คน และต้องรักษาระยะห่างทางสังคม ที่มีการผ่อนคลายเพราะว่าเราปรับตัวมามากพอสมควร

ในขณะที่หลายประเทศยังล็อคดาวน์ คือปิดประเทศ ปิดเมือง ไม่มีการค้าขาย แต่ประเทศไทยเดินนำหน้าแล้ว ผ่อนคลายแล้ว บางประเทศผ่อนคลายไปก่อนเรา แต่เจอระบาดระลอก ๒ ก็รีบปิดเมือง ฉะนั้นประเทศไทยต้องไม่ประมาทและต้องรักษาระยะห่างทางสังคม ปัจจุบันนี้มีหลายประเทศที่การระบาดยังก้าวกระโดดอย่างรวดเร็ว จนทั่วโลกมีคนติดเชื้อแล้ว ๕ ล้านคน มีคนตาย ๓ แสนกว่าคน ประเทศที่ติดเชื้อมากเป็นอันดับ ๑ ของโลก คือประเทศยักษ์ใหญ่มีความเจริญมาก แต่ว่าติดเชื้อมาก คือ สหรัฐอเมริกา วันนี้ติดเชื้อไปแล้ว ๑ ล้าน ๕ แสนคน คนตายไปแล้ว ๙๔,๐๐๐ คน ประเทศไทยติดเชื้อ ๓,๐๐๐ คน ตายไป ๕๖ คน ต่างกันมาก เพราะว่าประเทศไทยนั้นตระหนักรู้ถึงภัยของโควิด ๑๙ อย่างรวดเร็ว ไม่ประมาท มีมาตรการป้องกัน ควบคุมอย่างรวดเร็ว

แม้แต่ในฝ่ายวัดวาอารามก็ระงับกิจกรรมสำคัญ เช่น วิสาขบูชา ร่วมมือกันอย่างดี แต่ในประเทศสหรัฐอเมริกานั้น ไม่มีความร่วมมือเช่นนี้ เมื่อประเทศไทยตระหนักถึงพิษภัยของโควิด ๑๙ ผ่านมาเกือบ ๒ เดือนนับจากวันที่ประกาศภาวะฉุกเฉิน ตอนที่ประกาศภาวะฉุกเฉินนั้นประเทศไทยมีการติดเชื้อเพิ่มจำนวนมากในปลายเดือนมีนาคม มีการแจ้งเตือนจากฝ่ายสาธารณสุขว่า ถ้าเราติดเชื้อวันละ ๑๐๐ คน ไม่นานก็จะถึง ๓,๐๐๐ คน เพราะการเพิ่มจำนวนผู้ติดเชื้อจะเพิ่มวันละ ๓๓ เปอร์เซ็นต์ ถ้าติดเชื้อวันละ ๓๓ เปอร์เซ็นต์ จากวันที่ ๒๒ มีนาคม ๒๕๖๓ ก่อนประกาศภาวะฉุกเฉิน ฝ่ายแพทย์กล่าวว่า เมื่อถึงวันสงกรานต์ คนไทยจะติดเชื้อ ๓๕๐,๐๐๐ คน และจะตายกันหลายหมื่นคน ฉะนั้นรัฐบาลจึงประกาศภาวะฉุกเฉินในวันที่ ๒๖ มีนาคม คนทั้งประเทศต้องอยู่บ้าน หยุดเชื้อ เพื่อชาติ ถ้าอดอยากยากแค้นวัดตั้งโรงทาน แม้แต่วัดประยุรวงศาวาสก็มีโรงทานให้ แต่กระนั้นก็มีข่าวคนฆ่าตัวตาย เรียกว่าทุกข์กันมาก แต่ความอดทนซึ่งเป็นความขมขื่น ผลของมันหวานชื่นแล้วตอนนี้ เราเปิดประเทศได้ก่อนหลายประเทศในโลกนี้ ซึ่งมีไม่ถึง ๕ ประเทศที่เปิดได้อย่างเรา หมายถึงเปิดแล้วไม่ติดเชื้อเกิน ๑๐ คนต่อวัน

ในประเทศสหรัฐอเมริกามีกว่า ๔๐ รัฐประกาศปิดเมืองก็จริงแต่ยังค้าขายได้ตามปกติ ทั้งที่ติดเชื้อจำนวนมาก ตายกันมาก เพราะคนจำนวนมากที่นั่นไม่กลัวโควิด ๑๙ ถือว่าโควิด คือ ไข้หวัดใหญ่ธรรมดาและเศรษฐกิจสำคัญกว่าเรื่องสุขภาพ ผลปรากฏว่าแต่ละรัฐ คนไม่ปฏิบัติตามกฎหมาย มีการเดินขบวนประท้วงการปิดเมือง แม้แต่องค์กรศาสนาก็ไม่ได้ช่วยเตือนสติประชาชน

สำนักข่าวซีเอ็นเอ็นรายงานว่าที่โบสถ์คริสต์แห่งหนึ่งในรัฐเวอร์จิเนีย บาทหลวงเจ้าอธิการโบสถ์ได้ประกาศเมื่อวันที่ ๒๒ มีนาคมที่ผ่านมาว่า ไม่ต้องกลัวโควิด มาสวดมนต์กันในโบสถ์แล้วจะปลอดภัย สิ่งศักดิ์สิทธิ์จะคุ้มครอง ไม่ต้องปฏิบัติตามคำสั่งของบ้านเมือง เขาประกาศด้วยว่าถ้าจะให้เขาหยุดเทศน์หยุดสอนในโบสถ์มีวิธีเดียวคือจับเขาไปขังคุกเท่านั้น เขาประกาศไปได้ ๒ วันทางรัฐก็มีคำสั่งห้ามชุมนุมเกิน ๑๐ คน แต่บาทหลวงท่านนั้นไม่เชื่อฟัง ยังคงเทศน์ในโบสถ์ต่อไป มีคนเข้าฟังจำนวนมาก วันที่ ๔ เมษายน ลูกศิษย์นำบาทหลวงคนนั้นส่งโรงพยาบาล หมอตรวจพบว่าเขาติดเชื้อโควิด ๑๙ ต่อมาวันที่ ๑๔ เมษายน ตรงกับสงกรานต์บ้านเรา มีรายงานว่าบาทหลวงท่านนั้นเสียชีวิตแล้ว หลังจากนั้นผู้คนในรัฐเวอร์จิเนียก็ปฏิบัติตามคำสั่งปิดเมืองแต่โดยดี

แม้ฝ่ายสาธารณสุขได้ออกคำเตือนในประเทศไทยก็ยังมีคนออกเที่ยวเตร่สนุกสนาน จัดงานปาร์ตี้เล่นการพนันตั้งวงดื่มสุรา จนต้องประกาศเคอร์ฟิวเพิ่มความเข้มงวดในการควบคุม ถ้าไม่ทำอย่างนี้ประเทศไทยก็อาจจะคุมไม่อยู่ เหตุที่หลายคนไม่ยอมปรับตัว เพราะไม่เชื่อว่าโควิดเป็นภัยอันตรายที่น่ากลัว ดังมีเรื่องเล่าในนิทานชาดกดังนี้

นกฝูงหนึ่ง อยู่ร่วมกันที่ต้นไม้ใหญ่อย่างมีความสุข วันหนึ่ง ในฤดูร้อน ต้นไม้ที่นกอาศัยใบแห้งเหี่ยว กิ่งไม้เสียดสีกันเกิดควันขึ้นมา พญานกซึ่งเป็นนกโพธิสัตว์สังเกตเห็นควันไฟลอยขึ้นมา จึงสันนิษฐานว่าไฟป่ากำลังจะเกิดขึ้น เพราะความร้อนอันเกิดจากการเสียดสีของกิ่งไม้จะเกิดไฟป่าขึ้นมา จึงได้เตือนนกทั้งหลายว่า อย่าอยู่เลยที่นี่อันตราย ต้นไม้เคยเป็นที่พึ่งของเราแต่บัดนี้ที่พึ่งที่อาศัยกำลังจะเป็นพิษภัย อย่าอยู่ตรงนี้ แยกย้ายกันไป รักษาระยะห่างทางสังคม นกที่เชื่อก็แยกย้ายไป นกที่ไม่เชื่อก็เถียงกันว่า เจ้านายเรานี้กระต่ายตื่นตูม เหมือนกับคนเห็นน้ำหยดเดียวก็คิดว่ามีจระเข้ พระโพธิสัตว์จึงกล่าวเป็นคาถา ความตอนหนึ่งว่า อย่าไปไว้ใจสิ่งที่เคยเป็นที่พึ่งที่ปลอดภัย รวมกันจะตายหมู่ แยกกันอยู่ปลอดภัยกว่า รักษาระยะห่างเอาไว้ ท่านสรุปว่า **ชาตํ สรณโต ภยํ บัดนี้ ภัยเกิดจากสิ่งที่เคยให้ที่พึ่งพักพิง**

เรื่องนี้ชวนให้นึกถึงสถานการณ์บ้านเราตอนนี้ สถานที่ทำงานหรือที่บ้านที่เคยปลอดภัยอาจจะไม่ปลอดภัยหากไม่รักษาระยะห่างทางสังคม ที่สำคัญคือจะต้องตระหนักถึงพิษภัยของการรวมกลุ่มกัน และการต้อนรับคนแปลกหน้า แต่เดิมคนไทยถือว่าไมตรีจิตเป็นเรื่องสำคัญ **อันวิสัยไทยแท้แต่โบราณ ใครมาถึงเรือนชานต้องต้อนรับ** บัดนี้ เราทำแบบเดิมไม่ได้ รัฐบาลได้ประกาศปิดประเทศมาเกือบ ๒ เดือนแล้ว หมายความว่าพรมแดนของเรา ใครเข้ามาไม่ได้ คนไทยกลับจากต่างแดน หรือใครหลบหนีเข้าแดน ต้องกักตัว ๑๔ วัน และทุกวันนี้ที่พบผู้ติดเชื้อใหม่ ส่วนมากมาจากต่างประเทศแล้วอยู่ในสถานที่กักตัวของบ้านเมือง เรียกว่า State Quarantine และตรงนี้ช่วยให้คนไทยในประเทศไม่รับเชื้อจากนอกประเทศ เครื่องบินก็ไม่สามารถบินเข้าหรือบินออกจากประเทศไทย นี่เรียกว่าปิดประเทศ

มีช่วงหนึ่งที่มีการปิดเมือง ห้ามคนจากจังหวัดหนึ่งย้ายไปอีกจังหวัดหนึ่ง ปิดห้างสรรพสินค้า ปิดสถานที่ประชุม ระงับกิจกรรมชุมนุมทั้งหลาย ปิดร้านอาหารไม่ให้ทานข้างในร้าน เป็นอย่างนี้มาเกือบ ๒ เดือน การติดเชื้อในแต่ละวันลดต่ำกว่า ๑๐ คน ตอนนี้เริ่มผ่อนคลาย พอผ่อนคลายแล้วชักประมาท ชาวบ้านอยากรับประทานอาหารรวมกันเป็นหมู่คณะ พระเณรอยากตั้งวงฉันข้าวรวมกันเป็นคณโภชน์เหมือนเดิม ตอนนี้ยังทำอย่างนั้นไม่ได้ เราต้องรักษาระยะห่างกันเพื่อความปลอดภัยจนกว่าโควิด ๑๙ จะหยุดระบาด หมายถึงเมื่อมีการค้นพบวัคซีน วัคซีนมีเมื่อไร เมื่อนั้นเปิดเสรีได้ ตอนนี้ประเทศไทยค้นพบวัคซีนถึงขั้นทดลองในลิง หลังจากนั้นทดลองในคน รวมแล้วใช้เวลาเป็นปีกว่าจะได้วัคซีน

การทดลองวัคซีนเร็วที่สุดอยู่ที่สหรัฐอเมริกา เมื่อวานซืนนี้ บริษัทโมเดอร์นาประกาศว่าทดลองใช้วัคซีนในคนแล้ว แต่ต้องรอดูผลข้างเคียง ใช้เวลาอย่างเร็วเดือนมกราคมต้นปี ๒๕๖๓ จึงจะมีวัคซีน กว่าจะถึงวันนั้นเราต้องรักษาวิถีชีวิตใหม่ เรียกว่า New Normal ทำแบบเดิมไม่ได้ คือการชุมนุมมั่วสุม ที่เราเคยทำ ให้เปลี่ยนเป็นเรื่องใหม่ให้เคยชิน นิสัยเดิม ๆ ไม่สามารถจะเอาชนะโควิดได้ วิธีทำอย่างเดิม เอามาใช้แก้ปัญหาใหม่ไม่ได้ เพราะฉะนั้น ในประเทศมหาอำนาจบางประเทศประชาชนไม่ยอมปรับตัวจึงติดเชื้อกันมากที่สุด ตายกันมากที่สุด ทั้งที่เป็นประเทศเจริญด้านวิทยาการ ทั้งนี้เพราะผู้นำไม่ตระหนักรู้ถึงพิษภัยของโควิดและประชาชนไม่ยอมปรับตัว ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีวิวัฒนาการของชาลส์ ดาวินที่ว่า **“เผ่าพันธุ์ที่อยู่รอดไม่ใช่เผ่าพันธุ์ที่เข้มแข็งที่สุดหรือฉลาดที่สุด แต่เป็นเผ่าพันธุ์ที่ปรับตัวเก่งที่สุด”**

เผ่าพันธุ์ที่ปรับตัวเก่งสามารถอยู่รอดมาได้นานเป็นล้านปี แต่เผ่าพันธุ์ที่ปรับตัวไม่ได้และสูญพันธุ์ไปแล้ว คือ**ไดโนเสาร์** ในยุคเดียวกันสัตว์ที่ปรับตัวได้และอยู่รอดมาจนปัจจุบันนี้คือเต่าทะเลยุคไดโนเสาร์ จึงมักพูดติดปากกันว่าไดโนเสาร์เต่าล้านปี ไดโนเสาร์สูญพันธุ์ แต่เต่าล้านปีปรับตัว หดหัวเข้าในกระดอง เต่าขึ้นบกได้ลงน้ำได้ รอดตายมาเป็นเผ่าพันธุ์ที่ยั่งยืน เต่าไม่ฉลาดและไม่แข็งแรงเท่าไดโนเสาร์ แต่ปรับตัวเก่งกว่าจึงอยู่รอดมาได้

วันหนึ่งโลกอาจจะต้องมาศึกษาว่าประเทศไทยทำอย่างไรถึงรอดพ้นจากโควิดมาได้ตลอดรอดฝั่ง เรามีวิทยาการทางการแพทย์จำกัด เงินทองก็ไม่ได้มีมาก แต่คนไทยพร้อมใจกันปรับตัว เรามีบทเรียนที่ดีตอนที่เรารักษาเอกราชอธิปไตยมาในสมัยรัชกาลที่ ๕ ยุคล่าอาณานิคม ประเทศในเอเชียนั้นตกเป็นเมืองขึ้นของประเทศล่าอาณานิคมเกือบหมด ยกเว้นประเทศจีน ประเทศไทยและประเทศญี่ปุ่นเท่านั้น นั่นเพราะว่าประเทศไทยปรับตัวเก่ง ในยุคนี้ก็เช่นกัน ประเทศไทยเป็นประเทศแรก ๆ ที่ปรับตัวผ่านวิกฤตโควิดมาได้ แต่ถ้าประมาท ไม่เรียนรู้ให้อยู่อย่างมีนิวนอร์มอล ถ้าลืมว่าเรามาถึงวันนี้เพราะควบคุมตัวเองได้ **ถ้าประมาทเราก็จะผ่านพ้นวิกฤตโควิดไปไม่ตลอดรอดฝั่ง การระบาดระลอกที่ ๒ จะตามมา** และอาจน่ากลัวกว่าระลอกแรก

ที่เราผ่านพ้นมาแล้ว ไทยจะผ่านพ้นวิกฤตโควิดไปได้เพราะมีการปรับตัว ดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกไว้เป็นนิกเขปบทเบื้องต้นว่า **"อตฺตานํ ทมยนฺติ ปณฺฑิตา บัณฑิต คือ ผู้รู้ทั้งหลายย่อมฝึกตน"**

การฝึกตนคือปรับตัวให้เอาชนะวิกฤตได้ รวมทั้งปรับตัวให้เอาชนะกิเลสได้ การนั่งกรรมฐานคือการปรับตัว คนเคยตระหนี่ถี่เหนียวก็ปรับตัวเป็นคนให้ทาน คนเคยเกียจคร้านในการทำวัตรสวดมนต์ก็ปรับตัวมาลงโบสถ์สวดมนต์ เด็กคนไหนที่เกียจคร้านไม่ยอมปรับตัวจะเรียนไม่จบ เพราะฉะนั้นคนจะเป็นผู้มีความรู้และมีปัญญาก็เพราะการปรับตัวทั้งสิ้น คนที่เป็นผู้รู้ย่อมปรับตัว ส่วนคนโง่ย่อมจะตายไปเพราะปรับตัวไม่ได้ เมื่ออะไร ๆ ก็เปลี่ยนแปลง คนไม่รู้จักปรับตัวยังคงทำตัวเหมือนเดิม ดังมีเรื่องเล่าว่า

นักดาบคนหนึ่งนั่งเรือแจวข้ามฟาก พอถึงกลางแม่น้ำเรือโดนลมพัดโคลงเคลง นักดาบเผลอทำดาบหล่นลงไปกลางแม่น้ำ แต่นักดาบไม่ลงไปงมดาบทันที เขากล่าวว่าทำเครื่องหมายไว้แล้ว โดยเครื่องหมายนั้นคือเครื่องหมายกากบาทที่กราบเรือ พอถึงฝั่งผู้โดยสารขึ้นฝั่งกันหมดยกเว้นนักดาบคนนั้น คนพายเรือถามนักดาบว่า "จะให้พายเรือไปตรงจุดที่ดาบตกลงน้ำหรือไม่" นักดาบตอบว่า "ไม่ต้อง เพราะตนทำเครื่องหมายกากบาทที่กราบเรือไว้แล้ว" ว่าแล้วเขาก็กระโดดลงน้ำตรงกราบเรือที่ตนทำเครื่องหมายกากบาทไว้แล้วงมดาบตรงนั้น เขายังยึดติดว่ากากบาทนั่นแหละคือจุดที่ดาบตกลงน้ำ ทั้ง ๆ ที่เรือแล่นห่างจากจุดนั้นมาไกลแล้ว แต่เขายังหมายใจว่าจุดที่ดาบหล่นน้ำอยู่ตรงนี้

คนเราเป็นเหมือนนักดาบคนนี้ที่ยึดติดอยู่กับเรื่องเก่าและวิธีการเก่า นั่นคือเคยมีปัญหาแล้วใช้วิธีการใดแก้ปัญหาได้ เราก็ทำแบบเดิมนั้นอีกแต่อาจแก้ปัญหาใหม่ไม่ได้ โควิด ๑๙ เป็นปัญหาใหม่ที่ชาวโลกไม่เคยเจอมาก่อน เราไม่อาจใช้วิธีเก่าสู้กับปัญหาใหม่แบบนี้ ดังนั้น เราต้องปรับตัวให้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนไป แม้ดีเอ็นเอของไข้หวัดใหญ่กับของโควิด ๑๙ เหมือนกัน ๘๐ เปอร์เซ็นต์ แต่ก็ต่างกัน ๒๐ เปอร์เซ็นต์ ไวรัสโควิด ๑๙ ได้ปรับตัวกลายพันธุ์เป็นไวรัสสายพันธุ์ใหม่ เราจึงต้องใช้ยาใหม่และวัคซีนใหม่ เราจะใช้วิธีการเดิมที่เคยใช้กับไข้หวัดใหญ่ไม่ได้ เราจึงต้องปรับตัวทั้งในเรื่องวัคซีนและการใช้ยารักษา ปรับตัวใช้ชีวิตวิถีใหม่ ลงทุนปิดบ้านปิดเมือง แต่บางคนพอเห็นจำนวนผู้ติดเชื้อในบ้านเมืองเราต่ำกว่า ๑๐ ไปไหนก็ไม่ใส่หน้ากากอนามัย ไม่รักษาระยะห่างทางสังคม นั่งทานอาหารรวมกลุ่มจำนวนมาก หรือไปดื่มสุราเล่นการพนัน โดยคิดว่าเขาล้อมรั้วเรียบร้อยแล้ว คือปิดประเทศแล้ว คนต่างประเทศเอาเชื้อมาให้เราไม่ได้ ถ้าคิดอย่างนั้นแสดงว่าเข้าใจผิด

คนไทยยังต้องรักษาระยะห่างทางสังคม เพราะว่าการล้อมรั้วบ้านไม่ได้หมายความว่าภายในบ้านไม่มีขโมย ไม่มีโจร บางทีล้อมรั้วบ้านแล้ว โจรยังแอบปีนกำแพงบ้านเข้ามาหลบซ่อนอยู่ก็ได้ ทำนองเดียวกัน แม้ว่าเราจะปิดประเทศแล้ว แต่คนนอกประเทศก็อาจจะลักลอบเข้าประเทศและนำเชื้อเข้ามาก็ได้ เราจึงต้องระมัดระวังตัวรักษาวิถีชีวิตใหม่ไว้ คือไม่ประมาท การ์ดไม่ตก

แม้ว่าทุกวันนี้ จำนวนคนไทยที่ติดเชื้อจะน้อยลง เราไม่อาจรู้ได้ว่าในบรรดาคนที่เราพบทุกวัน มีใครเป็นพาหะนำเชื้อโรคมาให้แบบไม่แสดงอาการ บางคนสามารถแพร่เชื้อโดยที่ตนเองยังไม่มีอาการ ซึ่งทำให้การแพร่เชื้อเป็นไปอย่างรวดเร็ว ดังที่เกิดขึ้นที่เกาหลีใต้เมื่อ ๗ วันที่ผ่านมา เมื่อคนคนเดียวเข้าไปในผับแห่งหนึ่งทำให้คนติดเชื้อกันเป็นร้อยคน

เพราะฉะนั้น ทางการของไทยจึงประกาศให้ทุกคนรักษาระยะห่างทางสังคม ใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ รักษาระยะห่างกัน ๑ ถึง ๒ เมตร หากใครติดเชื้อ ให้สอบสวนโรค สมมติมีคนหนึ่งถูกตรวจพบว่าติดเชื้อ ทางการจะสอบสวนโรคว่าคนนั้นไปไหนมาบ้างและพบใครบ้างในรอบหลายวันที่ผ่านมาและจะประกาศให้คนที่อยู่ในไทม์ไลน์นั้นกักตัวและไปตรวจโควิด ถ้าหากในวัดเรามีพระหรือเณรติดเชื้อ ๑ รูป พระเณรทั้งคณะหรือทั้งกุฏิอาจจะโดนกักตัว ฉะนั้นต้องระมัดระวัง ที่สำคัญคืออย่าปกปิดถ้าติดเชื้อ ต้องรีบเปิดเผยจะได้ไม่แพร่เชื้อไปให้คนอื่น

การใช้ชีวิตวิถีใหม่ต้องทำให้เหมือนกับรักษาศีล คำว่าศีล แปลว่าปกติ คือใช้ชีวิตวิถีใหม่เป็นนิสัย เมื่อทำเป็นนิสัยแล้ว สิ่งที่ว่ายากก็ไม่ยาก ตอนแรกที่ใส่หน้ากากอนามัย เราหายใจติดขัดเพราะยังไม่เคยชิน ตอนนี้ใส่หน้ากากสวดมนต์ก็ได้ เทศน์ก็ได้ นี้เรียกว่ามีการปรับตัว นอกจากนี้ในการทำกิจกรรมทางศาสนา เช่น การบิณฑบาต มหาเถรสมาคมแนะนำว่าพระเณรไม่ต้องให้พร หากญาติโยมนั่งรับพรขณะที่พระเณรยืนสวดให้พร เชื้อไวรัสอาจกระเด็นไปติดญาติโยมได้

ในวัดต่าง ๆ มีโรงทาน การแจกทานต้องจัดระยะห่างทางสังคม เราเห็นผู้ใจบุญปรับตัวโดยตั้งตู้ปันสุขไว้หน้าบ้าน คนใจดีอื่น ๆ ก็นำของมาเติมใส่ตู้ คนหิวโหยมาหยิบของไปพอประมาณ เมื่อวานนี้มหาเถรสมาคมมีมติว่า โรงทานในวัดจะต้องปรับเป็นตู้ปันสุข วัดประยุรวงศาวาสก็ตั้งตู้ปันสุขไว้ พระที่ไปเทศน์ได้ของมาก็เอามาวางไว้ในตู้ใครอยากบริจาคก็นำมาใส่ไว้ ให้พระเณรในคณะมาแบ่งปันไป หรือให้ญาติโยมนอกวัดมาแบ่งปันไป นี้เรียกว่าปรับตัวในการแบ่งปัน

ในการเปิดร้านอาหารก็ต้องปรับตัวเช่นเดียวกัน ตอนสั่งปิดร้าน คนอดอยากหิวโหย แต่พอเปิดร้านอาหารได้แล้วก็ไม่ควรให้ลูกค้านั่งรับประทานที่โต๊ะเดียวกัน ในที่สุดเมื่อไม่ปฏิบัติตามก็จะถูกสั่งปิดอีก ตอนนี้มีการผ่อนปรน จึงต้องทำตามกติการักษาระยะห่างทางสังคม จะได้มีกินมีใช้พอประมาณ ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง นอกจากนี้อาชีพต่าง ๆ ก็ปรับตัวด้วย บางอาชีพไม่ให้เปิดเลย เพราะยังเป็นอันตราย อย่างเช่นโรงแรม ยังปิดไม่ให้คนเข้าไปพัก เจ้าของโรงแรมก็ให้พนักงานทำอาหารไปขายราคาถูกนอกโรงแรม คนได้ทานอาหารมีคุณภาพราคาถูกของโรงแรม พนักงานในโรงแรมพลอยมีกินมีใช้ ชาวบ้านก็ได้อาหารคุณภาพดีราคาถูก

แท็กซี่ไม่มีผู้โดยสารก็ไปอาสาทำหน้าที่บริการส่งสินค้าแทน พระเณรทั้งหลายปรับตัวเหมือนกัน การจะเทศน์หรือทำวัตรสวดมนต์ก็นั่งรักษาระยะห่างทางสังคม อาตมภาพผู้เทศน์นี้เมื่อ ๒ - ๓ วันที่ผ่านมา ปกติจะต้องเป็นวิทยากรอบรมพระธรรมทูตสายต่างประเทศซึ่งกำลังอบรมกันอยู่ที่แคมป์สน จังหวัดเพชรบูรณ์ แต่เมื่อมีปัญหาโควิด ก็พูดผ่านทางโทรทัศน์

และสื่อสังคมออนไลน์ไปยังพระธรรมทูตสายต่างประเทศ ทางสื่อมวลชนก็รายงานว่าพิษโควิดทำให้กรรมการมหาเถรสมาคมไปเทศน์โดยตรงไม่ได้ ต้องเทศน์ผ่านสื่อสังคมออนไลน์

เวลาขึ้นเครื่องบินผู้โดยสารต้องรักษาระยะห่างทางสังคม คือนั่งห่างกัน เก้าอี้เว้นเก้าอี้ สายการบินก็คิดราคาแพงขึ้นชดเชยเก้าอี้ที่หายไปเพราะไม่มีผู้โดยสาร เราต้องพร้อมที่จะจ่ายค่าโดยสารเพิ่มขึ้น ทุกอย่างทุกประการที่กล่าวมาบ่งบอกว่า ถ้าไม่ปรับตัวก็สูญพันธุ์ เพราะฉะนั้นผู้ที่ปรับตัวได้ย่อมจะอยู่รอด นี่คือ **"อตฺตานํ ทมยนฺติ ปณฺฑิตา บัณฑิตย่อมฝึกตนคือปรับตัว"** และ **"ทนฺโต เสฏฺโฐ มนุสฺเสสุ ผู้ฝึกตนคือปรับตัวได้ประเสริฐสุดในหมู่มนุษย์"** ผู้ปรับตัวได้เป็นพระอริยะ ผู้ปรับตัวไม่ได้ ตามใจกิเลสก็อาจเป็นโจรเป็นอันธพาล การปรับตัวจึงเป็นหัวใจของการปฏิบัติธรรม การนั่งกรรมฐานเป็นการฝึกตนปรับตัวเหมือนกัน ถ้าปฏิบัติแบบนี้ไม่บรรลุธรรมก็เปลี่ยนสายกรรมฐานแบบอื่น สายสมถะไม่ถนัดก็เลือกเอาสายวิปัสสนา หากสายวิปัสสนาไม่ถนัดก็เลือกเอาสายสมถะ หรือผสมผสาน นี่เป็นการปรับตัวทั้งสิ้น การปรับตัวนี้จะลำบากตอนแรกพอทำจนชินแล้วจะเป็นวิถีชีวิตปกติ นิวนอร์มอลหรือวิถีชีวิตใหม่ไม่ใช่เรื่องยาก เมื่อทำให้เป็นนิสัยแล้วจะกลายเป็นอัตโนมัติ ดังมีเรื่องเล่าว่า

ในประเทศจีนสมัยโบราณ นายพลคนหนึ่งเป็นนักแม่นธนู วันหนึ่งเขาเดินทางไปในชนบทมีการแข่งยิงธนูกัน นายพลท่านนี้ก็เข้าแข่งด้วย คนบ้านนอกไม่เคยเห็นนักแม่นธนูระดับชาติมาแข่งจึงตื่นเต้นมาก ฉะนั้นเวลานายพลยิงธนูเข้าเป้า ชาวบ้านจึงปรบมือโห่ร้อง นายพลก็หันไปขอบคุณ แต่ฉับพลันก็หยุดยิ้ม เพราะเห็นตายายคู่หนึ่งไม่ปรบมือให้ แถมกำลังคุยกับคนแถวนั้นนายพลจึงเดินไปหาตายายคู่นั้นแล้วพูดว่า "คุณตาคุณยายคงจะเชี่ยวชาญเรื่องธนูมาก"

คุณตาตอบว่า "ไม่หรอกครับ เรายิงธนูไม่เป็น"

นายพลถามว่า "แล้วทำไมไม่ดูผมยิงธนู ทำไมจึงเฉยเมย"

คุณตาตอบว่า "ได้ดูอยู่บ้าง แต่ว่ากำลังยุ่งกับการขายน้ำมัน ผมต้องตวงน้ำมันใส่ขวดเล็ก ๆ เพื่อขายให้กับชาวบ้าน เราทำมาหากิน ไม่มีเวลาไปใส่ใจเรื่องอื่น"

นายพลกล่าวแนะนำว่า "แต่ก็ควรมีเวลาดูของแปลกพิสดารที่หาดูได้ยาก"

คุณตาไม่พูดอะไร หยิบขวดเปล่าขึ้นมาถือไว้ในมือ เอาเหรียญทองแดงที่ตรงกลางเจาะรูเหมือนเหรียญสตางค์แดงบ้านเราสมัยก่อน คุณตาเอาเหรียญนี้ปิดปากขวดแล้วเอาช้อนมาตักน้ำมันเทใส่ขวดนั้นให้น้ำมันไหลลงผ่านรูเล็ก ๆ ของเหรียญนั้นโดยไม่หกเลย คนดูแถวนั้นปรบมือชื่นชม คุณตาเงยหน้าพูดว่า "นี่ก็ไม่แปลกพิสดารอะไร ใครฝึกมากก็ทำได้"

นายพลจึงคิดได้ว่า เรื่องที่คนทั้งหลายชมว่าแปลก อันที่จริงอาจไม่แปลก ถ้าหากคนอื่นฝึกยิงธนูอย่างหนักเหมือนตน เขาอาจจะทำได้เหมือนตน คุณตาฝึกเทน้ำมันมาตั้งแต่หนุ่มจนแก่จึงเทน้ำมันได้อย่างนี้ ในทำนองเดียวกัน อะไรที่เราฝึกทำจนชำนาญเกิดความคุ้นชิน เราทำได้ดี

กว่าคนอื่น หากใครฝึกหนักอย่างเรา เขาก็ทำได้เหมือนเรา หากใครเรียนหนักอย่างเรา เขาก็สอบได้เหมือนเรา หากประเทศใดต้องการจะลดจำนวนคนติดเชื้อรายวันให้เหลือต่ำกว่า ๑๐ ย่อมจะทำได้ขอแต่เพียงให้ทำจริงด้วยการปิดเมือง ปิดประเทศ และให้ประชาชนรักษาระยะห่างทางสังคม ใส่หน้ากากอนามัย และล้างมือ ทำทุกวันเป็นนิสัย จำนวนผู้ติดเชื้อใหม่จะลดไปเอง ถ้าคนไทยทั้งประเทศทำอย่างนี้เป็นปกตินิสัย ประเทศไทยจะลดจำนวนคนติดเชื้อใหม่เป็นศูนย์ และต่อไปจะสามารถเปิดประเทศให้คนเข้ามาท่องเที่ยว ทำธุรกิจและจัดประชุมได้อย่างสบาย ไทยเป็นแบบอย่างที่ดีให้ต่างประเทศ แต่คนไทยอย่าเหลิงจนเกินไป ถ้าการ์ดตกเร็วหรือเปิดประเทศรับนักท่องเที่ยวจากต่างประเทศเร็วเกินไป นั่นแหละจะพาให้พังกันง่าย

อย่างไรก็ตาม เราควรปิดประเทศให้นานสักหน่อย ใครเข้ามาก็ต้องกักตัว ๑๔ วัน ทำให้เป็นปกตินิสัย ทำให้เหมือนกับคุณตาที่หยอดน้ำมันเข้าในขวด คนไทยก็จะอยู่กันอย่างปกติสุข ไม่มีความทุกข์เพราะโรคโควิด ดังที่พระให้พรว่า **สพฺพโรควินิมุตฺโต** แปลว่า **ให้พ้นจากโรคภัยทั้งปวง** รวมทั้งโรคโควิด ๑๙ เราทำให้เป็นปกตินิสัย เป็นวิถีชีวิตใหม่ เราก็อยู่อย่างปกติสุข อยู่รอดปลอดภัยจากโควิด ๑๙ เพราะการฝึกฝนหรือปรับตัวตามแนววิถีชีวิตใหม่ ดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกไว้เป็นนิกเขปบทเบื้องต้นว่า **"อตฺตานํ ทมยนฺติ ปณฺฑิตา บัณฑิต คือ ผู้รู้ย่อมฝึกตน คือปรับตัว"** รับประทานแสดงพระธรรมเทศนามา พอสมควรแก่เวลา

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และอานุภาพแห่งบุญกุศลที่เกิดจากธรรมสวนมัยคือการฟังธรรมนี้ บารมีของหลวงพ่อพระพุทธธรรมวิเชษฐศาสดา พระประธานในพระอุโบสถ หลวงพ่อพระพุทธนาคอันศักดิ์สิทธิ์ในพระวิหาร พระบรมสารีริกธาตุบนพระบรมธาตุมหาเจดีย์ ขอจงรวมกันเป็นตบะ เป็นเดชะ เป็นพลวปัจจัย อำนวยอวยพรเป็นสัพพะโรคะวินิมุตโต รอดพ้นจากโรคภัยทั้งปวงโดยเฉพาะโรคติดเชื้อโควิด ๑๙ ปรารถนาสิ่งใดที่เป็นไปโดยชอบประกอบด้วยธรรม ขอให้ความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จ จงพลันสำเร็จ จงพลันสำเร็จ สมมโนรถมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนา ใน**อัตตทมกถา ว่าด้วยการปรับตัว** พอสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

สัญญาวิปลาสกถา
ว่าด้วยความคลาดเคลื่อนแห่งการรับรู้*

สญฺญาย วิปรีเยสา จิตฺตนฺเต ปริทยฺหติติ.

(สํ. ส. ๑๕/๒๗๗)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนาใน**สัญญาวิปลาสกถา ว่าด้วยความคลาดเคลื่อนแห่งการรับรู้** เพื่อเป็นเครื่องประคับประคองฉลองศรัทธาประดับปัญญาบารมี อนุโมทนากุศลบุญราศีของญาติโยมพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ผู้ขวนขวายมาบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศล ณ วัดประยุรวงศาวาสแห่งนี้ และที่ฟังธรรมอยู่ทางบ้าน โดยปรารภการที่วันนี้เป็นวันพระ เป็นวันธรรมสวนะ คือวันฟังธรรม ท่านทั้งหลายได้มีโอกาสเข้ามาฟังพระแสดงพระธรรมเทศนาในพระอุโบสถแห่งนี้

สำหรับคฤหัสถ์นั้นถือว่าเป็นครั้งแรกที่ได้ฟังธรรมภายในพระอุโบสถของวัดประยุรวงศาวาสในรอบ ๒ เดือนที่ผ่านมา เพราะว่ามีข้อแนะนำของกระทรวงสาธารณสุขให้งดการชุมนุมที่มีคนจำนวนมาก อันเป็นการรักษาความปลอดภัย รักษาระยะห่างทางสังคม บัดนี้ มาตรการล็อคดาวน์คือปิดบ้านปิดเมืองประสบผลสำเร็จ ทำให้ประเทศไทยเป็น ๑ ใน ๕ ประเทศที่สำคัญในโลก ที่มีผู้ติดเชื้อใหม่ไม่เกิน ๑๐ คนต่อวัน เป็นเหตุให้ทางรัฐบาลได้คลายล็อคคือผ่อนปรนมาตรการต่าง ๆ จนถึงระยะที่ ๓ แล้ว เปิดโอกาสให้ร้านค้าต่าง ๆ ดำเนินกิจการให้คนเข้าไปนั่งรับประทานอาหารโต๊ะเดียวกันได้ ก็น่าจะเป็นโอกาสให้วัดวาอารามเปิดโบสถ์ เปิดศาลา ให้ญาติโยมเข้ามาฟังเทศน์ ฟังธรรม ทำบุญ ทำกุศล โดยรักษาระยะห่างทางสังคม และใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ เป็นต้น

วันนี้เป็นวันแรกที่พระอุโบสถแห่งนี้ต้อนรับคณะญาติโยมมาฟังธรรมภายในพระอุโบสถในช่วงวันธรรมสวนะที่ผ่านมา โดยเฉพาะวันขึ้นแรม ๑๔ หรือ ๑๕ ค่ำ เจ้าอาวาสแสดงธรรมเองไม่ได้ขาด แต่ว่าแสดงให้ญาติโยมฟังกันทางสื่อสังคมออนไลน์ ถ่ายทอดสดทางโทรทัศน์ วันนี้ก็ทำแบบเดียวกัน ถือว่าเป็นการปรับวิธีเผยแผ่ธรรมในยามวิกฤตที่โควิด ๑๙ กำลังระบาดทั่วโลก ยิ่งคนมีความทุกข์กันแบบนี้ก็ยิ่งต้องการฟังธรรมเพื่อดับทุกข์

---

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านทางโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๗) ให้แก่ภิกษุ-สามเณร อุบาสก-อุบาสิกา และสาธุชน ออนไลน์จากพระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๕ มิถุนายน ๒๕๖๓

พระพุทธเจ้าตรัสว่า **“ถ้าโลกนี้ไม่มีความทุกข์ คือ เกิด แก่ เจ็บ ตาย พระพุทธเจ้าไม่จำเป็นจะต้องอุบัติ พระธรรมไม่จำเป็นจะต้องส่องแสง แต่เพราะโลกนี้ยังมีความทุกข์ พระพุทธเจ้าจึงอุบัติ พระธรรมจึงส่องแสง”** เพราะคนมีความทุกข์จึงต้องการธรรม หลายคนพบทุกข์จึงเห็นธรรม และถ้าไม่มีการแสดงธรรมในยามที่คนมีความทุกข์ ก็เป็นการยากที่คนจะออกจากทุกข์ ยิ่งมีความทุกข์ในสถานการณ์โควิด ๑๙ คุณค่าของธรรมก็ยิ่งมีมากขึ้น

ด้วยเหตุดังกล่าวมา วัดประยุรวงศาวาสจึงจัดให้มีการแสดงธรรมทุกวันพระ เพราะว่าธรรมเป็นเรื่องของความจริง เมื่อเราเข้าถึงความจริง หยั่งรู้ความจริง และปฏิบัติตัวให้สอดคล้องกับความจริง เราก็จะออกจากทุกข์ได้ เมื่อเรารู้ธรรมชาติของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่หรือโควิด ๑๙ เราจะรู้ว่าโรคนี้ไม่น่ากลัวจนเกินไป เพราะมีวิธีจัดการแม้ยังไม่มียารักษาแต่ก็ป้องกันได้ด้วยมาตรการรักษาระยะห่างทางสังคม ใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ เราร่วมกันปฏิบัติตามมาตรการนี้อย่างเคร่งครัด ไม่มีการ์ดตกแม้ว่าสถิติการติดเชื้อบ้านเราจะดีขึ้นเราก็ต้องป้องกันตนเองต่อไปอย่าได้ลดการ์ดลง เพราะว่าประเทศรอบบ้านของเรายังมีการระบาดอยู่วันนี้คนติดเชื้อทั่วโลกมีมากกว่า ๖ ล้านคน มีคนตายมากกว่า ๓ แสนคนทั่วโลก เรียกว่าออกไปนอกประเทศเราก็เจอดินแดนกระสุนตก เชื้อโรคเหมือนกระสุนที่ปลิวว่อนอยู่ทั่วโลก

เราต้องตั้งป้อมคุ้มครองป้องกันประเทศของเรา แต่กว่าจะมาถึงจุดนี้ เราก็วิตกอกสั่นขวัญแขวน มีการปล่อยข่าวลือและข่าวปลอมต่าง ๆ นานา ตอนที่ไวรัสโควิดระบาดใหม่ ๆ ที่เมืองอู่ฮั่นประเทศจีน มีญาติโยมนำคลิปภาพวิดีโอมาให้ดู เป็นภาพคนยืนรวมกลุ่มกันอยู่ฉับพลันก็พากันล้มตายเป็นใบไม้ร่วง คนไทยดูภาพนี้แล้วเกิดความหวาดกลัวว่าถ้าโควิด ๑๙ ระบาดมาถึงเมืองไทยแล้วคนไทยจะพากันล้มตายอย่างนั้น แต่พอตรวจสอบแล้วกลายเป็นว่ามีผู้นำเอาคลิปภาพยนตร์เรื่องโรคระบาดของฮอลลีวู้ดซึ่งเป็นภาพที่โรคระบาดทำให้คนล้มตายเป็นใบไม้ร่วงออกเผยแพร่ไปทั่วโลก ส่งคลิปไปตามสื่อต่าง ๆ ทำให้เข้าใจผิดว่าไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่อันตรายยิ่งนัก ซึ่งตอนนี้เรารู้แล้วว่าไม่ใช่เรื่องจริง ข่าวปลอมประเภทเฟกนิวส์อย่างนี้ระบาดไปทั่วไม่แพ้โรคระบาดโควิด ๑๙

ข่าวดีก็มี เช่น ข่าวว่าค้นพบยารักษาโรคโควิด ๑๙ ได้แล้ว แค่มีรายงานวิจัยเบื้องต้นออกมาว่าฟ้าทะลายโจรรักษาโควิดได้ก็ตื่นเต้นตาม ๆ กัน ตอนนี้ ฟ้าทะลายโจรขายดีเป็นเทน้ำเทท่าโรงพยาบาลแห่งหนึ่งในปราจีนบุรีเคยขายฟ้าทะลายโจรได้วันละไม่กี่กล่อง พอข่าวดีแพร่ออกมาเท่านั้น วันเดียวโรงพยาบาลนั้นขายฟ้าทะลายโจรได้ ๒ ล้านบาท ซึ่งข่าวดีนี้ก็มีมูลความจริงอยู่บ้าง แต่ฟ้าทะลายโจรรักษาโควิดระยะเริ่มมีอาการ แต่ไม่อาจรักษาโควิดที่ลงปอดแล้วอย่างน้อยข่าวฟ้าทะลายโจรนี้ก็ทำให้คนมีความหวัง คนเราเวลาจะจมน้ำ ฟางเส้นเดียวลอยมาเขาก็เกาะ แต่ข่าวบางข่าวเป็นข่าวปลอม เช่น ข่าวปล่อยที่ว่า โควิด ๑๙ ระบาดไปทั่วเพื่อทำลายคนศาสนาอื่น ข่าวนี้ไม่จริง ศาสนิกชนของทุกศาสนาตายเพราะโควิดเสมอเหมือนกัน

การบริโภคข่าวสารมากอาจทำให้เสียสุขภาพจิต เมื่อดูข่าวโควิดมากไปตัวเราเองก็ทุกข์ไปด้วย แค่เราไอครั้งเดียวหรือเจ็บคอนิดเดียว เราเครียดทั้งวันเพราะกังวลว่าเราเป็นโควิดหรือยัง ตอนหลังสังคมค่อยเรียนรู้ รู้ว่าคนติดเชื้อโควิดมีอาการไอแห้ง ตัวร้อน มีไข้ เจ็บคอ และแถมด้วย จมูกไม่รู้กลิ่น ลิ้นไม่รู้รส นี่คืออาการที่ปรากฏ เหล่านี้ทำให้หลายคนเหมือนโรคจิตอ่อน ๆ คิดว่า ตัวเองติดโควิดทุกวัน พอจะออกไปงานที่ไหนก็กังวลว่าจะได้เข้างานหรือไม่เพราะรู้สึกว่าตัวเอง มีไข้ แต่พอวัดไข้จริง ๆ แล้วพบว่าอุณหภูมิแค่ ๓๖ องศา ไม่มีไข้ หลายคนคงจะเจอเหตุการณ์ แบบนี้ นี่เรียกว่าเกิดวิปลาสคลาดเคลื่อนในการรับรู้

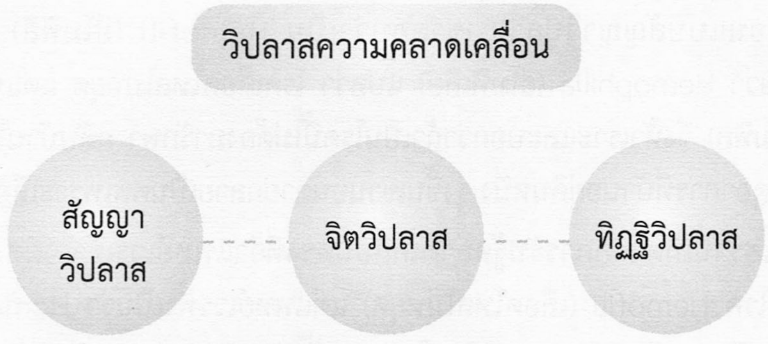
แม้กระทั่งตอนนี้ หลายคนยังระแวงระวังมาก แค่เป็นไข้นิดเดียวก็คิดว่าเป็นโควิด การรับรู้ ทั้งภายในและข่าวสารภายนอก ท่านเรียนกว่า สัญญา แปลว่า ความจำได้หมายรู้ ตาเห็นภาพ ท่านเรียกว่า รูปสัญญา ได้ยินเสียงเป็นสัททสัญญา รับรู้กลิ่น รส จนกระทั่งการสัมผัสท่านเรียกว่า สัญญาด้านนั้น ๆ ถ้าสัญญารับรู้ตามความเป็นจริงก็ไม่มีปัญหา แต่หากรับรู้แล้วไปคิดปรุงแต่ง จนเกิดความทุกข์ ท่านเรียกว่าสัญญวิปลาส ดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกขึ้นเป็นนิกเขปบท เบื้องต้นว่า **“สญฺญาย วิปรีเยสา จิตฺตนฺเต ปริฑยฺหติ”** แปลความว่า **“จิตของท่านเดือดร้อนวุ่นวาย เพราะความวิปลาสแห่งการรับรู้”**

พระบาลีนี้เป็นภาษิตของพระอานนท์ที่สอนพระวังคีสะผู้คิดฟุ้งซ่านทำให้กิเลสกำเริบ พระอานนท์เตือนว่ากิเลสกำเริบเผารนจิตใจเพราะสัญญาวิปลาส หมายถึงการรับรู้ที่ผิดเพี้ยน ไปจากความเป็นจริง ในทางธรรมท่านหมายถึงเห็นสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง เห็นสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข เห็นสิ่งที่ไม่มีแก่นสารว่ามีแก่นสาร และเห็นสิ่งที่ไม่งามว่างาม เมื่อเห็นอย่างนั้นย่อมเกิดการยึดมั่น ถือมั่น นั่นเป็นการกล่าวโดยปรมัตถ์ วันนี้จะพูดถึงสัญญาวิปลาสในชีวิตประจำวัน

คำว่า **วิปลาส** ในภาษาธรรม ท่านหมายถึงความคลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง มี ๓ ระดับ คือ

ระดับต้น เรียกว่า **สัญญาวิปลาส** หมายถึงการรับรู้ที่คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง เช่น ในความมืดมีแสงจันทร์สลัว ๆ เราเห็นเชือกขดอยู่ เกิดสัญญาวิปลาส เพราะเรามองไม่ชัด ก็เห็นว่า เป็นงู พอมีสัญญาวิปลาส เราก็คิดกลัวว่างูนั้นจะกัดเรา

ระดับที่สอง คือ **จิตวิปลาส** หมายถึงอารมณ์แปรปรวนเพราะความกลัวงู ความหวาดกลัว ทำให้อารมณ์อยู่เหนือเหตุผล เกิดความตื่นตระหนก เหมือนคนตาบอดคนหนึ่งเดินไปในเวลา กลางวัน เขาเดินไปเหยียบขอบด้านหนึ่งของกะลามะพร้าวที่หงายไว้ พอเท้าเหยียบลงไป ขอบกะลาอีกด้านหนึ่งก็คว่ำลงสับเอาหลังเท้าของคนตาบอด เขารู้สึกเจ็บมาก เนื่องจากตามอง ไม่เห็นว่าอะไรทำให้เจ็บปวด เขาเข้าใจว่าถูกงูกัดที่หลังเท้า เมื่อเข้าใจผิดจึงกลัวงูอย่างมาก จนเดินต่อไปไม่ได้ การรับรู้ที่ผิดพลาด ทำให้เกิดจิตวิปลาสคือความตกใจกลัว เขาเจ็บนิดเดียว ก็รู้สึกว่าเจ็บมาก เพราะคิดว่าถูกงูกัด



จากนั้น วิปลาส**ระดับที่ ๓** ก็ตามมาคือ **ทิฏฐิวิปลาส** หมายถึงความเข้าใจผิดหรือทัศนะที่ผิดเพี้ยนจากความเป็นจริงว่า เราถูกงูพิษกัดที่หลังเท้า ความเข้าใจผิดคิดว่างูพิษกัดที่หลังเท้านี่เป็นทิฏฐิวิปลาส พอเข้าใจผิดอย่างนี้ คนตาบอดถึงกับเข่าอ่อนทรุดนั่งลง คนตาดีที่เดินตามหลังมาถามว่าเป็นอะไร คนตาบอดตอบว่าถูกงูพิษกัด คนตาดีบอกว่า ไม่ใช่งู แต่เป็นกะลามะพร้าวแล้วหยิบกะลานั้นใส่มือคนตาบอด พอการรับรู้ที่วิปลาสเปลี่ยนเป็นการรับรู้ที่ถูกต้อง ไม่มีทิฏฐิวิปลาส คือ ความเข้าใจผิด คนตาบอดก็หายกลัวและสามารถลุกขึ้นเดินต่อไปได้

ในชีวิตจริง เมื่อคนเรามีอาการการเจ็บป่วย ไปหาหมอ ถ้าหมอวินิจฉัยโรคผิด เราเกิดสัญญาวิปลาสตามการวินิจฉัยนั้นคือรับรู้ที่ผิดเพี้ยนจากความจริง ทำให้เกิดความวิตกกังวล คือจิตวิปลาสและต่อด้วยทิฏฐิวิปลาสคือความเข้าใจผิด ดังกรณีที่หมอวินิจฉัยว่าคนไข้เป็นโรคร้ายที่รักษาไม่หาย คนไข้เข่าอ่อนเดินไม่ได้ ต้องให้คนพยุงกลับบ้าน ใจคิดด้านร้ายไปต่าง ๆ นานา คนไข้ที่สุขุมรอบคอบจะไม่ด่วนสรุปแต่จะหาหมอคนใหม่ให้ช่วยตรวจซ้ำเพื่อความแน่ใจ เป็นการป้องกันการรับรู้ที่คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริงเพราะถ้าหมอวินิจฉัยโรคผิด การรักษาก็จะผิดตามทำให้คนไข้เสียชีวิตได้ ดังภาษิตที่ว่า **"วินาสกาเล วิปรีตพุทฺธิ เวลาจะพินาศ ความรู้มักวิปริต"** ในกรณีนี้ เครื่องมือตรวจสุขภาพอาจทำให้หมอวินิจฉัยโรคผิดก็ได้ ฉะนั้นเวลาไปปรึกษาหมอถ้าหมอบอกว่าเราเป็นโรคร้ายแรงอย่าเพิ่งด่วนสรุปและรีบไปผ่าตัดทันที ลองไปปรึกษาหมออื่นด้วย ฝรั่งเรียกว่า Second opinion หาทัศนะที่ ๒ เพื่อป้องกันการวินิจฉัยผิดและการรักษาผิด ถ้าไม่ทำอย่างนี้ก็อาจจะเกิดความผิดพลาดเหมือนที่เคยเกิดขึ้นในประเทศสวีเดนเมื่อปี ๒๕๕๒

นักศึกษาหนุ่มอายุ ๒๕ ปี มาจากนอร์เวย์ ประเทศเพื่อนบ้านของสวีเดน ภาษาถิ่นของทั้งสองประเทศนี้คล้ายกัน ออกเสียงต่างกันนิดหน่อย นักศึกษาคนนี้มาเรียนหนังสืออยู่ที่เมืองหลวงของสวีเดน คือ โคเปนเฮเกน วันหนึ่งเขามีเรื่องชกต่อยจนถูกตีที่ศีรษะมีเลือดไหลอาบจึงไปโรงพยาบาลเพื่อทำแผล เขาไปติดต่อที่แผนกฉุกเฉิน แพทย์เวรถามเป็นภาษาสวีเดนว่าเป็นอะไรมา นักศึกษาคนนี้พูดภาษาสวีเดนได้ แต่พูดไม่ชัด การสื่อสารทำให้เกิดการ

รับรู้คลาดเคลื่อนแบบสัญญาวิปลาส เขาตอบว่าเป็น Hemofili (ฮีโมฟิลี) มีความหมายในภาษาอังกฤษว่า Hemophilia (ฮีโมฟิเลีย) แปลว่า โรคเลือดไหลไม่หยุด แต่แพทย์เวรฟังเป็น Homofil (โฮโมฟิล) จึงหัวเราะและบอกว่าถ้าเป็นโรคนี้ไม่ต้องมารักษา กลับบ้านได้ นักศึกษาจึงกลับไปนอนรอดูอาการที่บ้านอยู่คืนหนึ่ง รุ่งขึ้นเขานอนตายกลายเป็นศพเพราะเลือดไหลไม่หยุด

เรื่องน่าเศร้านี้เกิดจากการรับรู้คลาดเคลื่อนตรงที่ว่าแพทย์เวรเข้าใจผิด เมื่อนักศึกษาบอกว่าเขาเป็นโรค Hemofili (เลือดไหลไม่หยุด) แต่แพทย์เวรฟังเป็นว่า Homofil (โฮโมฟิล) ในภาษาสวีเดน ซึ่งตรงกับ Homosexual ในภาษาอังกฤษ แปลว่า คนรักร่วมเพศ แพทย์เวรจึงบอกว่า อาการรักร่วมเพศไม่ต้องรักษา กลับบ้านได้ ในขณะที่คนไข้บอกหมอว่า เขาเป็นโรคเลือดไหลไม่หยุด ถ้าหมอเข้าใจถูกต้องจะรีบรักษาทันที เพราะนักศึกษาคนนี้ศีรษะแตกเนื่องจากโดนขวดเบียร์ตีในการทะเลาะกันที่บาร์ เมื่อถูกส่งกลับบ้าน เขาจึงมีอาการเลือดไหลไม่หยุดจนถึงแก่ความตายในเวลาต่อมา

เรื่องเศร้านี้จะไม่เกิดขึ้น ถ้าสัญญาการรับรู้ของแพทย์เวรไม่วิปลาสคลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง เพราะผู้รับสารคือแพทย์เวรเกิดวิปลาสคลาดเคลื่อนในการรับรู้ เขาฟังคำพูดของคนหัวแตกเป็นเรื่องขบขัน ที่จริง เขาไม่ได้รู้สึกขบขันเพราะคนหัวแตก แต่ขบขันเพราะคิดว่าคนหัวแตกเป็นรักร่วมเพศแล้วมาโรงพยาบาลทำไม แพทย์เวรจึงปล่อยเขากลับบ้านโดยไม่ทำอะไรเป็นพิเศษ

เรื่องนี้เป็นบทเรียนให้สังวรระวังว่า การสื่อสารด้านการรักษาพยาบาลต้องแม่นยำ โดยเฉพาะในสถานการณ์ที่โควิด ๑๙ กำลังระบาด บางคนไปหาหมอเพราะมีอาการไอเล็กน้อย หมอเข้าใจว่าเขาเป็นโควิด ไม่รับรักษาก็มี หรือคนไข้ป่วยเป็นโควิดจริงแต่คิดว่าเป็นไข้หวัดธรรมดา หมอรักษาแค่ไข้หวัด ไม่รักษาโควิด ผลคือคนไข้เกือบตายเพราะเชื้อโควิดลงปอด และทั้งหมอและพยาบาลโดนกักตัวกันเกือบทั้งโรงพยาบาล เรื่องนี้มาจากสัญญาวิปลาส การรับรู้ที่ผิดพลาดทำให้เกิดการเข้าใจผิดเป็นทิฏฐิวิปลาส ในยามจะพินาศ ความรู้มักวิปริตบิดเบือน

ในบางประเทศ ผู้นำมีสัญญาวิปลาสคือการรับรู้ที่ผิดพลาด มีจิตวิปลาส คือไปกังวลกับเรื่องที่ไม่สำคัญ และมีทิฏฐิวิปลาส คือมีความเข้าใจผิดเกี่ยวกับโควิด ๑๙ ทำให้มีคนตายมากมายในประเทศนั้น เช่น ประเทศบราซิล หากดูข่าววันนี้จะเห็นว่าบราซิลเป็นประเทศที่คนติดเชื้อโควิดมากเป็นอันดับ ๒ ของโลก มีคนตายมากเป็นระดับต้น ๆ ของโลก เมื่อวานนี้คนบราซิลติดเชื้อมากกว่า ๕ แสนคน และตายมากกว่า ๓ หมื่นคน

ประเทศบราซิลตอนนี้มีคนติดเชื้อจำนวนมากเพราะสัญญาวิปลาส จิตวิปลาส และทิฏฐิวิปลาสของประธานาธิบดีคนปัจจุบัน โดยมีการรับรู้ที่คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริงทำให้เกิดความคิดที่ผิดพลาด และใช้นโยบายที่ผิดพลาด โดยเชื่อว่า โรคติดเชื้อไวรัสโควิด ๑๙ คือไข้หวัดใหญ่ธรรมดาประชาชนไม่ต้องกลัว เมื่อรัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุขของบราซิลสั่งให้ล็อคดาวน์ประเทศ

ประธานาธิบดีโกรธมาก สั่งปลดรัฐมนตรีคนนี้ ตอนที่รัฐบาลบราซิลสั่งปิดบ้านปิดเมือง มีคนออกมาเดินขบวนต่อต้านการปิดบ้านปิดเมือง ในภาพฝูงคนที่เดินขบวนนั้นมีภาพหนึ่งแพร่ไปทั่วโลก คนดูแล้วงง คือขณะที่คนเดินขบวนต่อต้านการปิดบ้านปิดเมือง มีภาพประธานาธิบดีลงไปจับมือแสดงความเห็นด้วยกับฝ่ายต่อต้านนโยบายปิดบ้านปิดเมือง ประธานาธิบดีบอกว่า ปัญหาเศรษฐกิจสำคัญกว่าความปลอดภัยจากโควิด เพราะฉะนั้นต้องรักษาเศรษฐกิจไว้ก่อน พอเกิดทิฏฐิวิปลาสอย่างนี้คนบราซิลจำนวนมากไม่รักษาระยะห่างทางสังคมและไม่ใส่หน้ากากอนามัย จำนวนผู้ติดเชื้อโควิดจึงเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วจนมากเป็นอันดับ ๒ ของโลก และไม่มีแนวโน้มว่าตัวเลขนี้จะหยุด ตอนนี้ องค์การอนามัยโลกแถลงว่า บราซิลคือ Hot spot จุดแพร่เชื้อโควิดในอเมริกาใต้

ท่านทั้งหลายคงจะเห็นว่าการรับรู้ข้อมูลที่คลาดเคลื่อน ความคิดที่บิดเบือน ทัศนะที่ผิดพลาด เป็นภัยร้ายแรงทำให้คนกว่า ๓ หมื่นคนต้องล้มตายในประเทศบราซิล ถ้าประเทศไทยมีการรับรู้คลาดเคลื่อนและมีความเข้าใจผิดอย่างนั้น ทั้งไม่เชื่อคำเตือนของกระทรวงสาธารณสุขที่ประกาศตอนต้นว่า หากประเทศไทยไม่ทำอะไรเลยในช่วงสงกรานต์จะมีคนไทยติดเชื้อมากถึง ๓ แสน ๕ หมื่นคนและตายกันหลายหมื่นคน แต่โชคดีที่ว่า เราเชื่อคำเตือนนี้ ผู้เกี่ยวข้องไม่มีสัญญาวิปลาส ไม่มีจิตวิปลาส ไม่มีทิฏฐิวิปลาส เราจึงผ่านวิกฤตมาได้

ถ้าชาวพุทธในไทยไม่เชื่อและไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำของกระทรวงสาธารณสุข ขืนจัดงานวิสาขบูชาเวียนเทียนกันโดยไม่รักษาระยะห่างทางสังคม สิ่งที่จะเกิดขึ้นในบ้านเมืองเราจะไม่ต่างจากบราซิล แต่เมื่อรักษาระยะห่างทางสังคม เราก็ลำบากทางเศรษฐกิจ ญาติโยมมีความเดือดร้อน พระสงฆ์ก็ต้องช่วยตั้งโรงทานถวายพระสงฆ์และแจกญาติโยม ทุกฝ่ายร่วมมือกันช่วยเหลือกันด้วยความเข้าใจที่ถูกต้อง ไม่เกิดวิปลาสคลาดเคลื่อนในการรับรู้

สัญญาวิปลาสเป็นจุดเริ่มต้นของปัญหา เมื่อมีสัญญาวิปลาสคือรับรู้คลาดเคลื่อน ความคิดก็ผิดเพี้ยน ในที่สุดทิฏฐิวิปลาสความเข้าใจผิดก็ตามมา เพราะฉะนั้นการแก้ปัญหาต้องเริ่มที่สัญญา คือปรับการรับรู้ให้ถูกต้อง อย่าหลงเชื่อข่าวปลอม ต้องตรวจสอบแหล่งข่าวให้ดี โดยเฉพาะต้องระวังพวกฤๅษีแปลงสาร

เรื่องฤๅษีแปลงสารมีมาแต่โบราณกาล ผู้แปลงสารมี Hidden agenda คือ มีเป้าหมายที่ซ่อนเร้นจึงปล่อยข่าวลือต่าง ๆ หวังผลทางการเมืองบ้าง ทางเศรษฐกิจบ้าง ฤๅษีแปลงสารเป็นเรื่องที่มีมาในชาดกนอกนิบาต นอกพระไตรปิฎก แต่งขึ้นที่เชียงใหม่เมื่อ พ.ศ. ๒๐๐๐ เรียกชื่อรวมว่า ปัญญาสชาดก หมายถึงชาดก ๕๐ เรื่อง แต่งเป็นภาษาบาลีโดยพระมหาเถระชาวล้านนา หนึ่งในชาดกเหล่านั้นคือ**รถเสนชาดก**ซึ่งเป็นที่มาของเรื่องฤๅษีแปลงสาร

ในนิทานชาดกเรื่องนี้ พระรถเสนเป็นราชโอรสของพระเจ้ารถสิทธิ์ นางยักษิณีปลอมเป็นสาวงามมาทำมารยาล่อลวงให้พระเจ้ารถสิทธิ์หลงใหลถึงกับจับมเหสีผู้เป็นมารดาของ

พระรถเสนไปขังคุก และให้ทรมานจนตาบอด ต่อมาเมื่อพระรถเสนเติบใหญ่ทำตัวให้เป็นที่โปรดปรานของพระเจ้ารถสิทธิ์ นางยักษิณีที่ตอนนี้เป็นมเหสีเอกแกล้งทำเป็นป่วย และบอกว่าจะหายป่วยก็ต่อเมื่อได้ยารักษาจากบ้านเกิดเมืองนอนของนางที่อยู่ห่างไกลออกไป พระราชาเชื่อคำพูดของนางจึงส่งพระรถเสนไปเอายามาจากเมืองนั้น พระรถเสนได้เดินทางไปตามคำสั่งโดยขี่ม้าวิเศษเหาะไปทางอากาศ

ก่อนพระรถเสนออกเดินทางไป มเหสีที่เป็นยักษิณีได้เขียนจดหมายลับใส่ซองผูกไว้ที่คอม้าถึงนางเมรีผู้เป็นธิดายักษ์ครองเมืองนั้น ใจความว่าหากชายผู้นี้ไปถึงเมืองให้จับกินเป็นอาหาร พระรถเสนด้วยความซื่อไม่ได้อ่านดูสาร ขี่ม้าเหาะมุ่งไปเมืองยักษ์ในป่าหิมพานต์ ระหว่างทางเห็นอาศรมฤาษีอยู่ด้านล่าง ก็ชักม้าเหาะลงไปพักนอนหลับใกล้อาศรม ฤาษีได้ยินเสียงม้าจึงออกมาดู เห็นชายหนุ่มหลับอยู่ ตรวจดูเห็นซองจดหมายผูกอยู่ที่คอม้าก็แกะออกอ่าน อ่านแล้วสงสารคนถือสาร จึงเปลี่ยนเนื้อความในจดหมายเป็นข้อความใหม่ว่า เมื่อชายหนุ่มผู้นี้ไปถึงเมืองยักษ์ ให้จัดการแต่งงานครองบ้านครองเมืองด้วยกัน จากนั้นฤาษีก็นำจดหมายที่แปลงสารแล้วใส่ซองไว้เหมือนเดิม เมื่อพระรถเสนไปถึงเมืองยักษ์นางเมรีลูกสาวยักษ์เปิดจดหมายออกอ่าน จึงจัดพิธีแต่งงานอยู่กินกับพระรถเสนเป็นเวลา ๗ เดือน ม้าวิเศษเตือนว่าต้องกลับไปช่วยแม่ตาบอด พระรถเสนจึงขี่ม้าเหาะหนีกลับเมืองมนุษย์

นี่เป็นที่มาของเรื่องฤาษีแปลงสาร อันแสดงให้เห็นว่ามีการเปลี่ยนแปลงสารเพื่อวัตถุประสงค์บางอย่างมาแต่โบราณกาล สมัยนี้เป็นยุคข้อมูลข่าวสารที่การแพร่ระบาดของข่าวปลอมเกิดขึ้นไม่เว้นแต่ละวัน ฉะนั้นจะต้องฟังหูไว้หู ต้องตรวจสอบแหล่งที่มา อย่าเชื่อตามสัญญาวิปลาส ดังที่ทางบริษัทเฟซบุ๊กได้ให้ข่าวว่า เฉพาะเดือนเมษายนที่ผ่านมา มีข่าวปลอมหรือข่าวอันตรายขึ้นบนเฟซบุ๊กประมาณ ๕๐ ล้านชิ้นที่ทางบริษัทต้องขึ้นคำเตือนว่าข่าวนี้ไม่น่าเชื่อถือ และมีข่าวปลอมที่ทางเฟซบุ๊กไม่ขึ้นคำเตือนอีกจำนวนมาก ฉะนั้นจะต้องระมัดระวังในการบริโภคข่าวสาร อย่าเชื่อข่าวปลอม อย่าเชื่อโฆษณาชวนเชื่อ ต้องตรวจสอบให้รอบด้าน มิฉะนั้นจะกลายเป็นกระต่ายตื่นตูม ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสเล่าไว้ใน **ทุททุภายชาดก** ดังต่อไปนี้

กระต่ายตัวหนึ่งนอนอยู่ใต้ต้นตาลในดงมะตูม ในขณะที่นอนเล่นอยู่ใต้ร่มตาล ก็คิดในใจว่าหากแผ่นดินถล่มขึ้นมาจะเกิดอะไรขึ้น คิดยังไม่ทันจบ ผลมะตูมสุกตกลงมาโดนใบตาล กระต่ายไม่ได้ดูว่าต้นตอของเสียงนั้นมาจากไหน จิตวิปลาสคิดว่าแผ่นดินถล่มขึ้นมาจริง ๆ กลัวว่าคงตายแน่หากอยู่ที่นี่ต่อไป จึงรีบวิ่งออกจากดงตาล กระต่ายในฝูงตัวอื่นเห็นเข้าจึงถามว่าเป็นอะไรไป กระต่ายตัวนั้นตอบว่าแผ่นดินถล่ม มันวิ่งหนีสุดชีวิต กระต่ายตัวอื่นเกิดทิฏฐิวิปลาส คือ ไม่เห็นเองแต่ด่วนเชื่อคำพูดของกระต่ายตัวแรก กระต่ายทั้งฝูงก็วิ่งตามกันมา เก้ง กวาง ทั้งหลายเห็นเข้าก็ถามว่าวิ่งทำไม พอทราบข่าวว่าแผ่นดินถล่มก็วิ่งตามกันมาทั้งสัตว์น้อยสัตว์ใหญ่ แม้กระทั่งช้างก็วิ่งกันโกลาหลอลหม่าน ไม่มีใครตรวจสอบแหล่งข่าวให้ชัดเจน

ทุกตัวตื่นตูมด้วยสัญญาวิปลาส รับทราบข่าวสารคลาดเคลื่อน เกิดจิตวิปลาส กลัวเกินเหตุ และทิฏฐิวิปลาส เข้าใจผิดคิดว่าแผ่นดินถล่มพากันวิ่งตามกันมาเป็นฝูงใหญ่ ขณะนั้น ราชสีห์กำลังพักผ่อนอยู่บนชะง่อนผามองเห็นเข้าก็รู้ว่าหากปล่อยให้วิ่งต่อไป ต้องเหยียบกันตายแน่ จึงบันลือสีหนาทเสียงดังกึกก้อง สัตว์ทั้งหลายโดยสัญชาตญาณเมื่อได้ยินเสียงราชสีห์คำรามเหมือนถูกสะกดก็หยุดวิ่งกะทันหันเบรคกันตัวโก่ง

ราชสีห์ถามว่า "ทำไมจึงวิ่งแตกตื่นมาอย่างนี้"

สัตว์ที่วิ่งแถวหน้าบอกว่า "แผ่นดินถล่ม" พอถูกถามว่า "ฟังข่าวมาจากใคร" ก็สืบสาวหาต้นตอจนพบว่าฝูงกระต่ายเป็นฝ่ายเริ่มตะโกนว่าแผ่นดินถล่ม พอตรวจสอบแล้ว กลายเป็นว่ากระต่ายตัวเดียวเป็นต้นเหตุ มันได้รายงานราชสีห์ว่าแผ่นดินถล่มตอนที่นอนอยู่ใต้ร่มตาล

ราชสีห์ถามว่าถล่มตรงไหน ให้พาไปดู กระต่ายไม่กล้าพาไปดูเพราะกลัวว่าแผ่นดินจะถล่มอีก

ราชสีห์บอกว่าไม่ต้องกลัว จงขี่หลังเราไป หากแผ่นดินถล่มก็วิ่งหนีทัน

กระต่ายกลัวราชสีห์จึงยอมขึ้นขี่หลังราชสีห์ที่พาวิ่งไปถึงดงตาล กระต่ายบอกว่า แผ่นดินถล่มตรงนี้ เมื่อราชสีห์ไปสำรวจดูก็เห็นผลมะตูมที่ตกลงใต้ต้นตาล จึงเรียกกระต่ายมาดู พอเห็นผลมะตูมสุกเท่านั้นราชสีห์ก็ทราบถึงต้นตอที่ทำให้สัตว์ทั้งหลายตื่นตูมจนเกือบจะเหยียบกันตาย ราชสีห์ไปแถลงที่มาที่ไปให้ฝูงสัตว์รับรู้ สัตว์เหล่านั้นรอดตายเพราะได้ผู้มีปัญญาคือราชสีห์เตือนสติจึงหายตื่นตูม ราชสีห์นั้นคือพระโพธิสัตว์ในอดีตชาตินั่นเอง

พระพุทธเจ้าสรุปคติธรรมจากชาดกนี้ว่า พวกเชื่อง่าย คือ **ปรโฆสานุสารี แล่นไปตามเสียงของคนอื่น ปมาทปรมา ตื่นตูมตาม ๆ กันโดยไม่รู้ว่าอะไรเป็นอะไร** สัตว์เหล่านี้ตกอยู่ในความประมาท ย่อมประสบภัยเหมือนฝูงสัตว์ทั้งหลายตื่นตูมไปตามกระต่ายน้อย ฉะนั้น

ในประเทศชาติบ้านเมือง หากประชาชนตื่นตูมตามกันจะทะเลาะกันวุ่นวาย ตอนนี้ก็แบ่งออกเป็น ๒ กลุ่ม คือ กลุ่มหนึ่งกลัวโรคโควิด อีกกลุ่มหนึ่งกลัวอดตาย ฝ่ายหนึ่งเรียกร้องให้ล็อคดาวน์ปิดบ้านเมืองให้มากกว่านี้ อีกฝ่ายหนึ่งเรียกร้องให้ผ่อนปรนมากกว่านี้ ในกรณีนี้ผู้มีอำนาจต้องมีเหตุผลตัดสินใจแบบพบกันครึ่งทาง คือฟังทุกฝ่ายแล้วเอามาชั่งใจว่าจะเลือกวิธีใด อย่ารีบร้อนเกินไป ทำแต่พอดี รักษาระยะห่างทางสังคม พอมีพอกิน แล้วเราก็จะได้ทั้งสิ่งที่เป็นพื้นฐานแห่งความมั่งคั่ง คือ **"อโรคยปรมา ลาภา ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ"** ซึ่งจะเห็นในตอนนี้ หากปราศจากโรคโควิด ๑๙ เราก็สามารถเปิดบ้าน เปิดเมือง เปิดการท่องเที่ยว ทำธุรกิจต่าง ๆ ได้ เพราะความไม่มีโรคเป็นพื้นฐานของลาภทั้งหลาย

สมัยพระพุทธเจ้า เมื่อโรคภัยระบาดในเมืองไพศาลี โรคห่าคืออหิวาตกโรคมาคู่กับทุพภิกขภัย คือภัยที่เกิดจากความข้าวยากหมากแพง สิ่งที่จะต้องจัดการอันดับแรกคือโรคภัย แล้วค่อยแก้ไขทุพภิกขภัย ดังที่ประเทศไทยกำลังทำอยู่คือผ่อนปรนให้คนทำมาหากินหลังจากเอาชนะโควิด

ได้ระดับหนึ่ง เราเริ่มผ่อนปรนเพื่อเอาชนะทุพภิกขภัยต่อไปโดยไม่รีบเร่งจนเกินไป ประเทศอื่นจะส่งนักท่องเที่ยวหรือแรงงานเข้ามาก็อย่าเปิดรับง่ายนัก บางทีที่ประเทศนั้นไม่มีคนเจ็บป่วยจากโควิดอาจเป็นเพราะเขาตรวจเชื้อไม่มากพอก็เป็นได้ เราจะรู้ได้อย่างไรว่าตอนนี้ไม่มีคนติดเชื้อโควิดจากต่างประเทศลอบเข้ามาอยู่ในตลาดของเรา ในชุมชนของเรา ในโรงงานของเรา ถ้าเราประมาท ไม่สวมหน้ากากอนามัย ไม่รักษาระยะห่างทางสังคม ผู้สูงอายุและกลุ่มเสี่ยงไปติดเชื้อเข้าก็จะรักษาได้ยาก หากเกิดโควิดระบาดระลอกที่ ๒ ขึ้นมาเราจะเสียใจภายหลังเพราะเหตุที่ไปเชื่อง่าย เกิดสัญญาวิปลาส ดังพระบาลีนิกเขปบทที่ว่า **"สญฺญาย วิปรีเยสา" เป็นต้น** แปลความว่า **"จิตของท่านเดือดร้อนวุ่นวาย เพราะความวิปลาสแห่งการรับรู้"** ดังพรรณนามาพอสมควรแก่เวลา

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และอานุภาพแห่งบุญกุศลที่เกิดจากธรรมสวนมัย คือการฟังธรรมนี้ บารมีของหลวงพ่อพระพุทธธรรมวิเชษฐศาสดา พระประธานในพระอุโบสถ หลวงพ่อพระพุทธนาคอันศักดิ์สิทธิ์ในพระวิหาร พระบรมสารีริกธาตุบนพระบรมธาตุมหาเจดีย์ ของจงรวมกันเป็นตบะ เป็นเดชะ เป็นพลวปัจจัย อำนวยอวยพร เป็นสัพพะโรคะวินิมุตโต รอดพ้นจากโรคภัยทั้งปวงโดยเฉพาะโรคติดเชื้อโควิด ๑๙ ปรารถนาสิ่งใดที่เป็นไปโดยชอบประกอบด้วยธรรม ขอให้ความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จ จงพลันสำเร็จ จงพลันสำเร็จ สมมโนรถมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนา ใน**สัญญาวิปลาสกถา ว่าด้วยความคลาดเคลื่อนแห่งการรับรู้** พอสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

อนาวิลจิตตกถา ว่าด้วยใจไม่ขุ่นมัว*

อนาวิลมฺหิ จิตฺเต โส ปสฺสติ อตฺตทตฺถํ ปรตฺถนฺติ.

(ขุ. ชา. ๒๗/๒๑๙)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนา **ในอนาวิลจิตตกถา ว่าด้วยใจไม่ขุ่นมัว** เพื่อเป็นเครื่องประคับประคองฉลองศรัทธา ประดับปัญญาบารมีอนุโมทนากุศลบุญราศีของญาติโยมพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ผู้ขวนขวายมาบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศลในวันนี้ ซึ่งตรงกับวันพระใหญ่ แรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๗

ตามปกติแล้วเดือน ๗ จะเป็นเดือนขาด วันพระใหญ่จะเป็นวันแรม ๑๔ ค่ำ แต่วันนี้นาน ๆ จะมีสักครั้งหนึ่งที่ตรงกับแรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๗ ทั้งนี้เพราะว่า ปีนี้เป็นปีอธิกสุรทิน หมายถึงมีวันแถมเข้ามา ๑ วันในรอบปีมี ๓๖๖ วัน เพราะมีวันที่ ๒๙ กุมภาพันธ์ ปกติ ๔ ปี จะมีสักครั้งหนึ่งที่เดือนกุมภาพันธ์มี ๒๙ วัน ปีไหนเดือนกุมภาพันธ์มีวันที่ ๒๙ ปีนั้นเดือน ๗ จะมีแรม ๑๕ ค่ำ เพื่อที่จะนับวันตามจันทรคติให้ตรงหรือใกล้เคียงกับทางสุริยคติ

วันนี้ถือว่าท่านทั้งหลายมาฟังเทศน์เป็นกรณีพิเศษในวันแรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๗ และเป็นพิเศษที่เปิดโอกาสให้ญาติโยมเข้ามานั่งฟังกันเต็มพระอุโบสถวัดประยุรวงศาวาส หมายถึงให้นั่งตามเก้าอี้ที่จัดตั้งไว้เพื่อรักษาระยะห่างทางสังคม ในรอบ ๓ เดือนที่ผ่านมา วัดจัดเทศน์ผ่านสื่อออนไลน์มีแต่พระเณรฟัง ญาติโยมฟังผ่านทางสื่อสังคมออนไลน์ วัดปฏิบัติตามนโยบายของรัฐบาล แต่มาบัดนี้นโยบายของรัฐบาลผลิดอกออกผล การปิดบ้านปิดเมืองที่เรียกกันว่าล็อคดาวน์ มีผลทำให้ภายในประเทศเราไม่มีผู้ติดเชื้อใหม่ติดต่อกันมาถึงเมื่อวานนี้ ๒๔ วัน ผู้ติดเชื้อใหม่เป็นศูนย์มา ๒๔ วันแล้ว ที่เราเห็นตัวเลขผู้ติดเชื้อล้วนแต่มาจากต่างประเทศในรอบ ๒๔ วันที่ผ่านมา คนมาจากต่างประเทศถูกกักตัวอยู่ใน State quarantine คือที่กักตัวที่รัฐบาลจัดให้ ถ้าตรวจพบว่าติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ก็ส่งเข้ารักษา ใครที่ไม่ติดเชื้อหลัง ๑๔ วันก็ออกมารวมกับคนทั่วไปในประเทศซึ่งปลอดเชื้อมาได้ ๒๔ วัน

---

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านทางโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระแรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๗) ให้แก่ภิกษุ-สามเณร อุบาสก-อุบาสิกา และสาธุชน ออนไลน์จากพระอุโบสถวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๒๐ มิถุนายน ๒๕๖๓

ถ้าอีก ๔ วันข้างหน้าเราไม่มีผู้ติดเชื้อโควิดครบ ๒๘ วัน ตอนนั้นชื่อว่าประเทศไทยเสี่ยงน้อยแล้ว วันนี้ยังเสี่ยงมากอยู่ แต่หากครบ ๒๘ วันไม่มีผู้ติดเชื้อในประเทศ ก็จะทำให้ประเทศไทยเข้าทำเนียบประเทศที่เสี่ยงน้อย และอาจเปิดประเทศรับนักท่องเที่ยวจากประเทศที่ปลอดเชื้อ ๒๘ วันเหมือนกัน แต่การ์ดอย่าตก ประมาทไม่ได้ เพราะว่าประเทศจีนปลอดเชื้อมากว่า ๕๐ วัน อยู่ดี ๆ เชื้อก็แพร่ระบาดขึ้นมาที่ปักกิ่งในช่วงนี้ คนแปลกใจว่าเชื้อมาจากไหน ทั้ง ๆ ที่จีนยังไม่ได้เปิดเมืองต้อนรับชาวต่างประเทศ

อย่างไรก็ตาม เมื่อสถานการณ์บ้านเมืองผ่อนคลาย ทางมหาเถรสมาคมก็ผ่อนคลายตามไปด้วย ยกเลิกมติที่ห้ามวัดทั่วประเทศจัดกิจกรรมอันเป็นที่รวมของประชาชน ต่อไปนี้วัดจัดกิจกรรมได้ตามปกติเหมือนทางฝ่ายบ้านเมือง แม้กระทั่งพิธีอุปสมบทบวชพระก็ทำได้ เวียนเทียนก็ทำได้ แต่ต้องรักษาระยะห่างทางสังคม ใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ โดยปฏิบัติตามข้อกำหนดหรือคำแนะนำของฝ่ายบ้านเมือง

วันนี้เป็นโอกาสที่เมื่อมีการผ่อนคลาย ก็มีพิธีบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศลในวันพระตามปกติ ท่านทั้งหลายมีโอกาสได้เข้ามาฟังธรรมในพระอุโบสถ การฟังธรรมเพื่อให้เกิดความสงบกาย สงบวาจา สงบใจ ที่ว่าสงบกาย คือฟังด้วยความเคารพมีการพนมมือเพื่อเจริญสติ ไม่หลงลืมสติ เมื่อไม่มีการพูดคุยกันก็มีความสงบวาจา ส่วนที่ว่าสงบใจคือไม่ฟุ้งซ่าน ใจไม่ขุ่นมัว และเมื่อใจไม่ขุ่นมัวก็จะฟังเทศน์รู้เรื่อง ได้อานิสงส์ทันตา คือ ได้รู้จักประโยชน์ตน ประโยชน์ท่าน ดำรงชีวิตให้เป็นประโยชน์แก่สังคม ดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกเป็นนิกเขปบทเบื้องต้นว่า **“อนาวิลมฺหิ จิตฺเต”** เป็นต้น แปลความว่า **“เมื่อใจไม่ขุ่นมัว บุคคลย่อมเห็นประโยชน์ตน ประโยชน์คนอื่น”** แต่หากใจขุ่นมัวก็ไม่เห็นประโยชน์ทั้งของตนและของคนอื่น แถมทำลายประโยชน์ของตนและของคนอื่น กลายเป็นคนมีปัญหา

ท่านเปรียบใจเหมือนน้ำในสระ ถ้าน้ำในสระใสสงบนิ่ง คนก็จะมองเห็นหอยกาบ หอยโข่ง เห็นปลาว่ายอยู่ในสระ ในทำนองเดียวกัน ถ้าใจผ่องใสไม่ขุ่นมัว คนเราจะรู้จักผิดชอบชั่วดี รู้จักที่จะพูดจาไพเราะอ่อนหวาน ปฏิบัติต่อกันอย่างน่ารัก น่าคบหาสมาคม แต่หากใจขุ่นมัว การแสดงออกทางกายก็ไม่น่ารัก วาจาก็ไม่ใช่ภาษาดอกไม้ สีหน้าท่าทางก็ขุ่นมัวก็เหมือนกับน้ำที่นำเอาสีไปเติม น้ำปกติเป็นน้ำใสไม่มีสี ถ้าเราทำให้เกิดสี เช่น กวนให้น้ำขุ่น ให้ตะกอนที่อยู่ข้างล่างฟุ้งขึ้นมา พอน้ำขุ่นก็มองไม่เห็นปลา วัดเคยเลี้ยงปลาคราฟไว้ในเขาเต่า แต่น้ำขุ่น คนมาก็มองไม่เห็นปลา ปัจจุบันนี้จำนวนน้อยลง แต่เต่ายังคงอยู่ในเขามอ

น้ำขุ่นมาจากตะกอนที่ฟุ้งขึ้นมา ตะกอนอาจจะทำให้น้ำมีสีต่าง ๆ ในทะเลบางแห่งมีตะกอนหรือตะไคร่เป็นสีเขียว บางแห่งเป็นสีแดง บางแห่งน้ำทะเลขุ่นเป็นสีดำอาจจะเป็นเพราะมีน้ำมันหกในทะเล ที่เปรียบเป็นสี ๓ สี เพราะว่าเวลาตะกอนในน้ำฟุ้งเป็นสีเขียว นั่นเปรียบเหมือนเวลาที่ใจฟุ้งด้วยความโลภ เป็นสีแดงเพราะฟุ้งด้วยความโกรธ เป็นสีดำเพราะฟุ้งด้วยความหลง

ดังพระบาลีที่ว่า **"ลุทฺโธ อตฺถํ น ชานาติ คนโลภย่อมไม่เห็นประโยชน์ กุทฺโธ อตฺถํ น ชานาติ คนโกรธมองไม่เห็นประโยชน์ มูฬฺโห อตฺถํ น ชานาติ คนหลงก็มองไม่เห็นประโยชน์"**

เวลาอยู่ตามปกติ จิตของเราสงบ เช่น เวลาคนอารมณ์ดี เพราะกิเลสตกตะกอนนอนนิ่ง ดังพระบาลีที่ว่า **"ปภสฺสรมิทํ ภิกฺขเว จิตฺตํ"** เป็นต้น แปลความว่า **"ภิกษุทั้งหลาย จิตนี้ประภัสสร ผ่องใส ก็จิตนั้นแลเศร้าหมองเพราะอุปกิเลสทั้งหลายที่จรมา"** อุปกิเลสจรมากระทบจิต เหมือนกับการที่เราเอาก้อนอิฐทุ่มลงไปในสระ ตะกอนในจิตฟุ้งขึ้นมา เป็นความโลภ ความโกรธ ความหลง จิตขุ่นมัว เมื่อจิตขุ่นมัว มองไม่เห็นประโยชน์อันใด เวลาโลภมากก็เป็นขโมยเป็นโจร เมื่อโกรธมากก็เข่นฆ่าทำร้ายกัน เมื่อหลงมากก็กลัวจนเป็นโรคประสาท

เพราะฉะนั้น เราต้องฝึกประคองจิตของเราให้สงบ เพราะอนุสัยกิเลสตกตะกอนนอนนิ่ง เวลาที่เราไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง ไม่ใช่ว่าหมดกิเลส เวลานั่งสงบฟังเทศน์อยู่นี้ กิเลสตกตะกอนนอนนิ่งอยู่ใต้ก้นสระ ช่วงนี้จิตผ่องใส ไม่ขุ่นมัว เรายิ้มแย้มแจ่มใส ดังนั้น คนเข้าวัดประจำเรียกว่า เป็นกัลยาณมิตรคือเป็นมิตรที่ดี พูดจาไพเราะอ่อนหวาน กิริยามารยาทเรียบร้อย เราอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ทำให้จิตสงบ แต่เมื่อกลับไปบนท้องถนน รถติดก็เครียด ไม่สบายใจเหมือนตอนไหว้พระในโบสถ์ เมื่อเจอรถติดหรือรถอื่นแซงซ้าย แซงขวา ปาดหน้า ใจเราเกิดความเครียด ความโกรธ กิเลสฟุ้ง กิเลสที่นอนอยู่ก้นบึ้งเรียกว่าอนุสัยกิเลส พอมีคนมากวนให้ขุ่นก็ฟุ้งขึ้นมากลายสภาพเป็นปริยุฏฐานกิเลส หมายถึงกิเลสที่เคยนอนอยู่ก้นบึ้งหัวใจได้ฟุ้งขึ้นกลุ้มรุมจิตใจกลายเป็นความโลภ โกรธ หลง

ถ้ามีคนมาบอกข่าวว่าเราจะได้สิ่งนั้นสิ่งนี้ กิเลสก็ฟุ้ง คนเข้าวัดไปเจอตะเคียนอายุร้อยปี จัดการขูด ได้เลขเด็ดอะไรมาก็นึกว่าถูกหวยแน่งวดนี้ความโลภฟุ้งและจะฟุ้งไปจนถึงวันหวยออก และจะสงบเมื่อถูกหวยกิน คนโลภจะไม่เห็นประโยชน์ คำว่าประโยชน์ คือไม่เห็นคุณและไม่เห็นโทษ ดังเรื่องคนขโมยกระดิ่ง

ปกติ กระดิ่งมีเสียงดังกรุ๋งกริ๋ง เขาแขวนกระดิ่งไว้หน้าร้าน นายโลภมากคนหนึ่งไม่มีเงินซื้อกระดิ่ง เขามองมันทุกวันแล้วนึกอยากจะขโมยกระดิ่ง เขาอยากได้มันมาก แต่ไม่กล้าไปขโมย เพราะกลัวว่ากระดิ่งจะส่งเสียงดัง เขาเกิดความคิดขึ้นว่า ที่กระดิ่งมีเสียงดังเพราะหูเราได้ยิน ถ้าเราอุดหูจะไม่ได้ยินเสียง กระดิ่งก็ไม่ดัง เราก็ขโมยมันได้ พอคิดได้ดังนี้เขาก็นำดินน้ำมันมาอุดหูตนเองแล้วเดินไปหยิบกระดิ่งออกไปจากร้าน เจ้าของร้านก็เรียกคนมาช่วยจับตัวเขาส่งตำรวจข้อหาขโมยกระดิ่ง ความโลภบังตาทำให้เขากล้าอุดหูขโมยกระดิ่ง

เรื่องนี้สอนให้รู้ว่า **"อติโลโภ หิ ปาปโก โลภมากเกินไปเลวแท้ ๆ"** คนเราพอโลภมากเกินไปจนคุมไม่อยู่ก็ทำทุจริตคอร์รัปชัน โกงบ้านโกงเมือง ติดคุกกันไป ไม่ใช่ว่าไม่รู้ว่ากำลังทำผิดกฎหมาย แต่เพราะโลภมากจึงห้ามใจไม่อยู่ พอโกรธมากก็ฆ่ากันตาย ลูกฆ่าพ่อ บางคนไม่ได้ฆ่าเพราะความโกรธแต่ฆ่าเพราะความหลง คือเสพยาเสพติดมากไปจึงเพี้ยนประสาทหลอนถึงกับฆ่าพ่อ

ฆ่าแม่ บางคนรักกันอยู่ดี ๆ พอความหึงหวงครอบงำก็ฆ่าคู่ครองของตน กิเลสคือโลภ โกรธ หลง ในระดับที่สร้างความรุนแรงขนาดที่ละเมิดศีลท่านเรียกว่า **วีติกกมกิเลส** เป็นระดับที่กิเลสกระฉอกออกมาทำให้ละเมิดศีล

เราได้เห็นแล้วว่า กิเลสที่นอนนิ่งอยู่ใต้ก้นบึ้งหัวใจ เรียกว่า **อนุสัยกิเลส** คือความโลภ โกรธ หลง ซึ่งตกตะกอนยังไม่แสดงอาการ ต่อเมื่อเราไปกวนทำให้มันฟุ้ง เรียกว่า **ปริยุฏฐานกิเลส** คือ โลภ โกรธ หลงที่กวนใจเราอยู่เรื่อย ขั้นต่อมากิเลสมีกำลังมากจนเราอยากทำร้ายเขา อยากขโมยของเขา ในที่สุดกิเลสต้องล้นออกมาเป็นวีติกกมกิเลส จนต้องลักขโมย ต้องฆ่ากัน เพราะกิเลสกระฉอกออกมาข้างนอก เรียกว่า **วีติกกมกิเลส** แปลว่า กิเลสที่ทำให้ละเมิดศีล การที่เราสมาทานศีลวันนี้ก็เพื่อคุมไม่ให้กิเลสกระฉอกออกมา ถ้ากิเลสทำให้ฆ่ากันตายก็ผิดศีลข้อที่ ๑ เพื่อควบคุมไม่ให้ความโลภ โกรธ หลงกระฉอกออกมาเป็นการกระทำหรือคำพูดที่เบียดเบียนกัน เราจึงต้องรักษาศีล

คนเราจะสามารถรักษาศีลให้ได้ผลก็ต้องมี**อินทรียสังวร** หมายถึงควบคุมอินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อย่าไปดู อย่าไปอ่าน อย่าไปฟัง อย่าไปรับรู้เรื่องที่กระตุ้นกิเลสให้กระฉอก ถ้าเราปิดหูปิดตาไม่ไปรับรู้สิ่งยั่วยวนทั้งหลาย ใจเราจะสงบ ไม่เกิดกิเลสที่เป็นเหตุให้ละเมิดศีล

การที่ท่านทั้งหลายมาเข้าโบสถ์ฟังธรรมก็เป็นโอกาสฝึกทำอินทรียสังวรด้วยการเพ่งดูแต่พระพุทธรูปประธานขณะฟังพระเทศน์ โดยไม่สนใจเรื่องกวนกิเลสทั้งหลาย เมื่ออยู่บ้านแทนที่จะดูละครทีวีกระตุ้นความโลภ โกรธ หลง เราเปิดดูรายการธรรมะ จิตเราสงบ เพราะว่าเรามีอินทรียสังวร คือ การควบคุมช่องทางที่เป็นใหญ่ในการเห็น ในการฟัง เป็นต้น เมื่อทำอินทรียสังวร เราก็จะมีศีลสังวรคือรักษาศีลได้ แต่บางครั้งที่รักษาศีลไม่ได้เพราะว่าขาดอินทรียสังวร คือ การควบคุมตนเอง ดังที่มีหลายคนพากันออกไปนอกบ้านตั้งวงดื่มสุรา ผิดศีลข้อที่ ๕ เมื่อเมาขึ้นมาก็ไม่กลัวโควิด ไม่ใส่หน้ากากอนามัย ไม่รักษาระยะห่างทางสังคม บางทีก็เล่นการพนันและเสพยาเสพติด เรียกว่ารับอบายมุขเข้ามาเป็นพรวน เพราะไม่มีอินทรียสังวร

ในช่วงโควิดกำลังระบาด คนเราต้องรับวิถีชีวิตแบบนิวนอร์มอล คือใช้ชีวิตวิถีใหม่ให้เป็นปกติด้วยการใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ รักษาระยะห่างทางสังคม เรารับวิถีชีวิตใหม่ด้วยการทำอินทรียสังวร

คำว่า **สังวร** แปลว่า ควบคุม คำว่า อินทรีย์ หมายถึง อายตนะจุดเชื่อมต่อ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ที่เป็นใหญ่รับรู้โลกภายนอกในด้านนั้น เช่น ตาเป็นใหญ่ในการมองเห็น หูเป็นใหญ่ในการฟัง คำว่า อินทรียสังวร หมายถึงการควบคุมประสาทสัมผัสทั้งห้ารวมทั้งการควบคุมใจของเรา เช่น ไม่ปล่อยตาให้มองสิ่งที่กระตุ้นความโลภในช่วงหยุดเชื้อเพื่อชาติ ไม่พาตัวเองไปเดินตามสถานที่อโคจรที่เสี่ยงต่อการติดโควิด เมื่อเราหลีกเลี่ยงสถานที่ที่ไม่ควรไป จิตของเราก็ไม่ขุ่นมัว **เมื่อจิตของเราไม่ขุ่นมัว เราจะรักษาระยะห่างทางสังคมได้อย่างปกติ เป็นนิวนอร์มอล วิถีชีวิตใหม่**

การที่ประเทศไทยของเราสามารถควบคุมการแพร่ระบาดของเชื้อโควิดมาจากการทำดี ๒ อย่าง คือ (๑) รักษาศีล ปฏิบัติตามกฎหมายบ้านเมืองที่การควบคุมมาจากภายนอกตัวเรา และ (๒) เราควบคุมตัวเองหรือมีวินัยในตัวเองด้วยอินทรียสังวร กล่าวคือ เราควบคุมตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ไม่ให้ซัดส่ายไปยังสิ่งยั่วยวน ใจของเราสงบด้วยการทำจิตตสังวร คือควบคุมใจไม่ให้กิเลสฟุ้ง เราควบคุมใจด้วยสติ

สติ คือ ใส่ใจอยู่กับผัสสะปัจจุบันคือสิ่งที่กำลังกระทบตา หู เป็นต้น อย่าปล่อยให้ใจลอยไปที่อื่น มองให้เห็น ฟังให้ได้ยิน ตัวอย่างคือขณะนี้ ท่านกำลังฟังเทศน์ในโบสถ์หรือผ่านการถ่ายทอดสดก็ตาม เสียงของพระเทศน์เป็นสิ่งที่มากระทบคือผัสสะปัจจุบัน ท่านส่งใจตามกระแสเสียงแสดงพระธรรมเทศนาด้วยสติพร้อมทั้งทำจิตตสังวร คือคุมใจให้อยู่กับธรรมที่พระกำลังเทศน์ สติเป็นเหมือนเชือกผูกใจไว้กับผัสสะปัจจุบัน เราก็จะได้ปัญญาอันเกิดจากการฟังเทศน์ฟังธรรม

จิตตสังวร คือ การควบคุมใจเป็นเรื่องสำคัญ ถ้าไม่คุมให้ดี ใจก็ฟุ้งซ่านขุ่นมัวเพราะความโลภ ความโกรธ ความหลงถูกกระตุ้น ดังที่หลายประเทศคุมการระบาดของโควิด ๑๙ ไม่ได้เพราะประชาชนขาดจิตสังวร แม้รัฐบาลสั่งล็อคดาวน์ปิดบ้านปิดเมือง ประชาชนทนไม่ได้ก็ออกมาเดินขบวนประท้วง คนประท้วงพากันติดโควิดกันมากมาย วันเดียวติดเป็นหมื่นคน ตอนนี้ ในสหรัฐอเมริกามีการประท้วงเรื่องคนผิวดำถูกตำรวจผิวขาวเอาเข่ากดคอจนถึงแก่ความตาย การประท้วงลุกลามไปทั่วโลก เป็นเหตุให้เชื้อโควิดระบาดหนักในอังกฤษที่มีคนติดเชื้อรวมกัน ๓ แสนคน มีคนตายกว่า ๔ หมื่น อังกฤษมีคนตายมากเป็นอันดับ ๓ ของโลกรองจากสหรัฐอเมริกาและบราซิล

ทำไมอังกฤษมีติดเชื้อโควิดมากและมีคนตายมาก เหตุหนึ่งเป็นเพราะมีความอคติทางเชื้อชาติเข้ามาเกี่ยวข้อง ดังที่งานวิจัยที่ออกมาเมื่อสัปดาห์ที่แล้วเปิดเผยว่า ในประเทศอังกฤษคนที่ตายเพราะโควิดส่วนมากเป็นคนผิวดำและคนเอเชีย คนเหล่านี้ตายมากกว่าคนอังกฤษผิวขาว ๒ เท่าตัว ดังนั้น ไม่แปลกที่ได้ยินข่าวว่าคนไทยเวลาป่วยอยู่ที่โน่น เขาไม่รับเข้ารักษาในโรงพยาบาล ถึงเข้าโรงพยาบาลก็ตายมากกว่า เพราะโรงพยาบาลมีอคติในการเลือกปฏิบัติ ซึ่งตอนนี้กำลังเป็นที่ถกเถียงกัน ทำให้คนไทยอยากกลับบ้าน ไม่ว่าจะอยู่ที่ใดก็คิดถึงเมืองไทยเพราะเมืองไทยไม่มีอคติทางเชื้อชาติ

ท่านทั้งหลายคงจำได้ว่า มีแรงงานต่างด้าวหลบหนีเข้าเมืองไทยมาจากประเทศเพื่อนบ้าน ทางการไทยจับตัวไว้ในค่ายกักกัน ๑๔ วัน หากพบว่าติดเชื้อโควิด แทนที่จะผลักดันออกนอกประเทศ รัฐบาลไทยประกาศว่า จะรักษาพวกเขาให้หายจากโควิดเสียก่อนจึงค่อยผลักดันออกนอกประเทศ โดยให้คำอธิบายว่าเพื่อเห็นแก่มนุษยธรรม การทำอย่างนี้ใช้เงินไม่ใช่น้อย แต่ความที่คนไทยไม่มีอคติทางเชื้อชาติ รัฐบาลจึงรับคนต่างด้าวไว้รักษาจนหาย เหลือคนต่างด้าวติดเชื้อโควิดอยู่ตอนนี้ไม่มาก จากที่ติดเชื้อ ๓,๑๐๐ คน เรารักษาหายเกือบหมด เหลือที่ยังรับการรักษาตัวอยู่ ๘๐ คน

ประเทศไทยเป็นประเทศแรกในโลกที่มีคนติดเชื้อโควิดจากจีน เมื่อวันที่ ๑๓ มกราคม ๒๕๖๓ เนื่องจากนักท่องเที่ยวจีนเอาเชื้อจากอู่ฮั่นมาปล่อยที่ประเทศไทยเป็นประเทศแรก **แต่ตอนนี้ประเทศไทยได้รับการยอมรับว่าจัดการปัญหาโควิดได้ดีเป็นอันดับ ๒ ของโลก** รองจากประเทศออสเตรเลีย ที่เราทำได้อย่างนี้ทั้งที่ประเทศเรามีพลเมือง ๖๗ ล้านคน เพราะเรามีจิตตสังวร สามารถคุมจิตให้ผ่องใสได้

คนที่จิตผ่องใสจะเห็นว่าประโยชน์ตนกับประโยชน์ท่านสัมพันธ์กัน จะเห็นความปลอดภัยของแรงงานต่างด้าวเป็นเรื่องสำคัญที่ปล่อยไปไม่ได้ คนที่มาจากต่างประเทศต้องมีค่ายกักตัวดูแลเขาอย่างดีเพื่อประโยชน์รวมกัน ประเทศไทยจึงปลอดเชื้อโควิดมา ๒๔ วัน ทั้งนี้เพราะเราเห็นว่า ประโยชน์ตนและประโยชน์ท่าน รวมกันเป็นประโยชน์ส่วนรวม (อุภยัตถะ) จึงไม่แบ่งเขาแบ่งเรา เวลาใส่หน้ากากอนามัย มิใช่เราห่วงตัวเราเองเพื่อประโยชน์ตนเท่านั้น แต่เรายังห่วงประโยชน์ของคนอื่นด้วยปรารถนาดีหวังให้เขาปลอดภัยจากโควิดด้วย สมดังพระบาลีที่ว่า **“อตฺตานํ รกฺขนฺโต ปรํ รกฺขติ ผู้รักษาตนชื่อว่ารักษาคนอื่น”** เราทำตนเองให้ปลอดเชื้อโควิดก็เท่ากับทำให้พ่อแม่ปู่ย่าตายายที่บ้านปลอดเชื้อไปด้วย เรารักษาระยะห่างทางสังคม ล้างมือ เพราะห่วงใยคนอื่น เมื่อห่วงใยคนอื่น ตนเองก็พลอยปลอดภัย

ฉะนั้น เมื่อจิตไม่ขุ่นมัวด้วยความโลภ โกรธ หลง เราจะห่วงใยกัน และจะไม่โกรธแค้นว่าทำไมเขาทำให้เราต้องถูกกักตัวอยู่บ้าน เรายินดีอยู่บ้าน หยุดเชื้อเพื่อชาติ อยู่บ้านด้วยการทำอินทรียสังวรมีความสบายใจเพราะจิตไม่ฟุ้งซ่านด้วยความโลภ โกรธ หลง ส่วนคนที่มีความโลภ โกรธ หลง มากจะมองไม่เห็นประโยชน์อันใดของนิวนอร์มอลหรือวิถีชีวิตใหม่ มิหนำซ้ำยังทำลายประโยชน์คนอื่น ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสเล่าไว้เป็นนิทานชาดกดังต่อไปนี้

ที่สำนักอาจารย์ทิศาปาโมกข์ เมืองตักกศิลา อาจารย์สอนศิลปวิทยาให้ศิษย์ ๕๐๐ คน ที่มาจากทิศานุทิศ วันหนึ่งศิษย์ทั้งหลายได้รับเชิญให้ไปสาธยายมนต์ที่บ้านงานแห่งหนึ่ง มีกำหนดต้องออกไปงานนั้นแต่เช้า เพราะฉะนั้นพวกเขาจึงสั่งคนครัวให้หุงข้าวต้มแต่เช้า กะว่าเมื่อทานข้าวต้มแล้วจะออกเดินทางไป ปรากฏว่ารุ่งขึ้นเวลาสายแล้วยังไม่ได้ทานข้าวต้ม อาจารย์ตื่นขึ้นมาก็ไม่เห็นบรรดาศิษย์ออกเดินทางไปกันจึงถามว่าทำไมยังไม่ไปบ้านงาน

ศิษย์คนหนึ่งตอบว่า คนคนเดียวเป็นเหตุทำให้คนหลายร้อยคนไปงานไม่ทัน ทั้งที่คนครัวตื่นแต่เช้าเพื่อหุงข้าวต้มแต่หุงไม่ได้เพราะฟืนเป็นไม้สดไม่ติดไฟ เมื่อเย็นวานมีคนเอากิ่งไม้สดมาวางไว้บนกองฟืน เมื่อคนครัวตื่นมาตอนเช้ามืดก็เอากิ่งไม้สดข้างบนสุดไปใส่เตา เกิดควันโขมงไม่ติดไฟเพราะฟืนเป็นไม้สด ต้มข้าวต้มไม่ได้ เมื่อรออาหารเช้า เวลาสายมากก็ยังไม่ได้ทานศิษย์ทั้งหมดจึงต้องยกเลิกการไปบ้านงาน

เมื่อสอบถามว่าใครนำกิ่งไม้สดมาวางไว้บนกองฟืนก็พบว่าเป็นฝีมือของนักศึกษาจอมขี้เกียจคนหนึ่งที่ทำอะไรชักช้าประจำ เป็นพวกโมหจริตชอบหลงลืมเสมอ เมื่อวานถึงเวรที่เขาพร้อม

กับเพื่อนรวม ๑๐ คน ต้องออกไปหากิ่งไม้แห้งมาทำฟืนในโรงครัว เพื่อนนักศึกษาอื่น ๆ หาได้กิ่งไม้แห้งมาคนละกำสองกำ แต่นักศึกษานายนี้มัวแต่นอนหลับอยู่ใต้ต้นไม้ เมื่อเพื่อน ๆ แบกกิ่งไม้แห้งผ่านมา นายคนนี้ตื่นขึ้นเห็นเพื่อนแบกกิ่งไม้แห้งก็นึกได้ว่าหน้าที่ของเขาคือหากิ่งไม้แห้งมาทำฟืน พอนึกขึ้นได้ เขาก็รีบปีนต้นไม้ที่ตนนอนอยู่ข้างล่างขึ้นไปหักกิ่งไม้สดด้วยเข้าใจว่าเป็นกิ่งไม้แห้ง ไม่พิจารณาให้ดี เมื่อเขาพยายามหักกิ่งไม้สดอยู่นั้น กิ่งไม้สดกิ่งหนึ่งสะบัดมากระทบลูกตาของเขาจนดวงตาแตกไปข้างหนึ่ง เขาเอามือข้างหนึ่งปิดตาที่เลือดไหลอาบ มืออีกข้างหนึ่งหอบกิ่งไม้สดเอามาวางไว้บนกองฟืนในห้องครัว กิ่งไม้สดเหล่านี้แหละทำให้หุงข้าวต้มไม่ได้ จึงทำให้เสียประโยชน์ตนของคนตาแตก และเสียประโยชน์ส่วนรวมของเพื่อนศิษย์ทั้งหมด

คติธรรมจากชาดกเรื่องนี้มีอยู่ว่า เมื่อดวงตาแตกไปข้างหนึ่ง คนก็แยกไม่ออกระหว่างกิ่งไม้แห้งกับกิ่งไม้สด ฉันใด คนที่จิตขุ่นมัวด้วยความโลภ โกรธ หลง ย่อมแยกไม่ออกระหว่างสิ่งที่เป็นประโยชน์และสิ่งที่ไร้ประโยชน์ ฉันนั้น ดังที่คนในหลายประเทศไม่เห็นประโยชน์ของการใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือและรักษาระยะห่างทางสังคม ส่วนคนที่ใจไม่ขุ่นมัวด้วยอคติย่อมเห็นประโยชน์ของวิถีชีวิตใหม่ตามความเป็นจริง สมดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกขึ้นเป็นนิกเขปบทเบื้องต้นว่า **"อนาวิลมฺหิ จิตฺเต"** เป็นต้น แปลความว่า **"เมื่อใจไม่ขุ่นมัว บุคคลย่อมเห็นประโยชน์ตน ประโยชน์ท่าน"** แต่คนที่มีจิตขุ่นมัวด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลง ย่อมมองไม่เห็นประโยชน์ตน ประโยชน์ท่าน ทั้งยังทำลายประโยชน์ตน ประโยชน์ท่าน ดังพรรณนามา พอสมควรแก่เวลา

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และอานุภาพแห่งบุญกุศลที่เกิดจากธรรมสวนมัย คือการฟังธรรมนี้ บารมีของหลวงพ่อพระพุทธธรรมวิเชษฐศาสดา พระประธานในพระอุโบสถ หลวงพ่อพระพุทธนาคอันศักดิ์สิทธิ์ในพระวิหาร พระบรมสารีริกธาตุ บนพระบรมธาตุมหาเจดีย์ ขอจงรวมกันเป็นตบะ เป็นเดชะ เป็นพลวปัจจัย อำนวยอวยพรเป็นสัพพโรควินิมุตโต รอดพ้นจากโรคภัยทั้งปวงโดยเฉพาะโรคติดเชื้อโควิด ๑๙ ปรารถนาสิ่งใดที่เป็นไปโดยชอบประกอบด้วยธรรม ขอให้ความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จ จงพลันสำเร็จ จงพลันสำเร็จ สมมโนรถมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนา ใน**อนาวิลจิตตกถา ว่าด้วยใจไม่ขุ่นมัว** พอสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

อัตตเปมกถา ว่าด้วยความรักตน*

อตฺตานญฺเจ ปิยํ ชญฺญา รกฺเขยฺย นํ สุรกฺขิตนฺติ

(ขุ. ธ. ๒๕/๓๖)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนาใน **อัตตเปมกถา ว่าด้วยความรักตน** เพื่อเป็นเครื่องประคับประคองฉลองศรัทธาประดับปัญญาบารมีอนุโมทนาบุญกุศลบุญราศีของญาติโยมพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ทั้งที่ฟังอยู่ ณ พระอุโบสถวัดประยุรวงศาวาสแห่งนี้ และที่ฟังอยู่ตามสถานที่ต่าง ๆ ผ่านสื่อออนไลน์ทางโซเชียลมีเดีย

วันนี้ตรงกับวันพระใหญ่ เป็นวันธรรมสวนะที่พระพุทธเจ้าทรงกำหนดให้เป็นวันฟังธรรม เพราะว่าชาวพุทธนั้นจะต้องมีการศึกษาธรรมะการเข้าโรงเรียนในช่วงวัยเด็กทำให้เรามีโอกาสเรียนธรรมะกันบ้าง พอเราโตเป็นผู้ใหญ่จึงเป็นการศึกษาธรรมะตามอัธยาศัย คือสนใจธรรมะเรื่องใดก็ฟังหรือศึกษาเรื่องนั้นแล้วนำไปปฏิบัติ พระพุทธเจ้าได้กำหนดให้มีการอบรมสั่งสอนธรรมะที่วัดทุกวัน ๘ ค่ำ ๑๕ ค่ำ เพื่อให้คนไม่ห่างเหินธรรมะ สมัยก่อนวันหยุดงานหยุดราชการจะตรงกับวัน ๘ ค่ำ ๑๕ ค่ำ คนไทยสมัยโบราณจึงได้เข้าวัดฟังธรรมปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นอย่างดี แต่สมัยนี้วันหยุดงานในสัปดาห์มักไม่ตรงกับวัน ๘ ค่ำ ๑๕ ค่ำ ทำให้คนไทยพลาดโอกาสในการศึกษาธรรมะไปมากมาย โดยเฉพาะคนที่อยู่ในช่วงวัยทำงาน ดังนั้น จึงต้องอาศัยการศึกษาธรรมะผ่านสื่อ ซึ่งถือว่าเป็นโอกาสดีที่ทำงานไปด้วยฟังธรรมะไปด้วย

ในสมัยนี้แม้พระท่านจะเทศน์ผ่านสื่อในวัน ๘ ค่ำ ๑๕ ค่ำอยู่ที่วัด ผู้ฟังก็สามารถฟังหรือดูอยู่ที่ทำงาน ที่บ้าน หรือดูย้อนหลังก็ได้ เพื่อไม่ให้พลาดในการศึกษาและปฏิบัติธรรม ฉะนั้นน่าจะเป็นปณิธานหรืออธิษฐานจิตในช่วงปีใหม่ ๒๕๖๔ ว่าตลอดทั้งปีเราจะไม่ยอมพลาดโอกาสในการศึกษาพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า แม้ไม่มีโอกาสได้มาฟังที่วัดโดยตรงเพราะติดงานก็ดี เพราะต้องรักษาระยะห่างทางสังคมก็ดี เราจะต้องขวนขวายเพิ่มความรู้ในทางธรรมให้ตัวเราเองทุกสัปดาห์ จะฟังจากวัดไหนก็ได้ แต่ขอให้ฟัง ไม่ฟังก็อ่านหนังสือธรรมะ จะได้มีธรรมะเอาไว้คุ้มครองตัวเองเวลาที่มีปัญหาชีวิต เช่นในยามที่ประสบวิกฤตร่วมกัน

---

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถ ผ่านสื่อออนไลน์ทางโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระแรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๒) ให้แก่ภิกษุ-สามเณร คณะอุบาสก-อุบาสิกา ข้าราชการสำนักเทศกิจ และสาธุชน ณ พระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๑๓ มกราคม ๒๕๖๔

เพราะปัญหาโรคระบาดโควิด ๑๙ อันมีผลกระทบต่อชีวิตของชาวโลก ทำให้งานที่วางแผนไว้ต้องเปลี่ยน ต้องเลื่อน ต้องงด

ทางวัดประยุรวงศาวาสได้วางแผนจัดงานใหญ่ประจำปีของวัดเรียกว่า สมโภชพระอาราม ครบ ๑๙๓ ปี กำหนดเริ่มวันที่ ๑๓ มกราคม ประชุมเตรียมการกันเรียบร้อย แต่เมื่อโควิด ๑๙ ระบาดรอบสอง ก็ต้องเป็นอันระงับไป และวันนี้ก็เป็นวันครบรอบเรื่องที่ไม่น่าจดจำเกี่ยวกับโควิด ๑๙ เพราะเป็นวันครบรอบ ๑ ปี ที่โรคระบาดนี้ได้เข้ามายังประเทศไทย เป็นประเทศแรกในโลกที่รับโควิด ๑๙ มาจากจีน

มีบันทึกชาวโลกไว้ว่า เมื่อโควิดระบาดที่อู่ฮั่น คนจีนที่เมืองนั้นเดินทางไปต่างประเทศนำเชื้อโควิดไปแพร่ ประเทศแรกที่ได้รับการแบ่งปันอย่างที่ไม่อยากได้คือประเทศไทย วันที่ ๑๒ มกราคม ๒๕๖๓ นักท่องเที่ยวสตรีชาวจีนจากอู่ฮั่นมาเที่ยวเมืองไทย ผ่านการคัดกรองที่สนามบินตรวจพบว่ามีไข้แปลก ๆ นำส่งโรงพยาบาล ตรวจพบเชื้อโควิด ๑๙ วันที่ ๑๒ มกราคม คือเมื่อวานนี้ของปีที่แล้ว ประเทศไทยจึงเป็นประเทศแรกที่รับโควิด ๑๙ จากจีน และจากนั้นโควิดก็เดินทางไปทั่วโลก จนวันนี้ ทั่วโลกมีคนติดโควิด ๙๑ ล้านคน อีกไม่กี่วันก็จะถึง ๑๐๐ ล้านคน

ประเทศไทยมีการระบาด ๒ ระลอก ระลอกแรกตั้งแต่วันที่ ๑๒ มกราคม ปีที่แล้ว เรื่อยมาจนกระทั่งเอาอยู่ ผู้ติดเชื้อเป็นศูนย์ จนถึงกลางเดือนธันวาคมปี ๒๕๖๓ ชาวไทยมีความสุขกันตามสมควรแก่อัตภาพ จนเขื่อนแตก เมื่อประมาณเกือบหนึ่งเดือนที่ผ่านมา กำแพงพังทลายและเป็นการระบาดในระลอกที่ ๒ ซึ่งแพร่เร็วมาก **ระลอกแรกนั้นกินเวลาเกือบปีคนติดเชื้อในประเทศไทยมีแค่ ๕,๐๐๐ คน แต่ในระลอกที่สองนี้ เวลาไม่ถึง ๑ เดือน คนติดเชื้อทะลุขึ้นเป็น ๑๐,๐๐๐ คน** ถ้าไม่ควบคุมให้ดีจะมีจำนวนผู้ติดเชื้อเพิ่มเป็นก้าวกระโดดมากกว่านี้

ที่กล่าวอย่างนี้เพื่อความไม่ประมาท และเพื่อทำความเข้าใจว่า การแสดงพระธรรมเทศนาที่กล่าวถึงปัญหาเรื่องความทุกข์ในช่วงปีใหม่อย่างนี้ ไม่ใช่เป็นการเน้นย้ำให้มองโลกในแง่ร้าย แต่เป็นวิธีดับทุกข์เพื่อสร้างสุข ตามปกติ ชาวโลกมักจะมองหาเส้นทางที่ราบรื่นไปสู่เป้าหมาย เช่น จะไปเที่ยวงานรื่นเริง ก็คิดถึงแต่เป้าหมายว่าวันนี้จะไปสนุกสนานบันเทิงที่ใด ลืมนึกไปว่าในระหว่างทางรถอาจจะติด ทำให้หมดสนุก เมาแล้วขับอาจจะทำให้เกิดอุบัติเหตุ ดังที่มีการเตือนในช่วงปีใหม่ คนที่เดินทางออกต่างจังหวัดเพื่อไปสนุก คิดถึงแต่ความสนุก ไม่ระมัดระวังในการใช้ยวดยานพาหนะ เมาแล้วขับก็ไปไม่ถึงปลายทาง อยากได้ความสุขสนุกสนานแต่ลืมระวังปัญหาระหว่างทางซึ่งมีขวากหนามดักอยู่ คนเรามักจะเป็นเช่นนั้น มองแต่รางวัลที่จะได้ แต่ไม่นึกว่าจะต้องจ่ายอะไรไปในระหว่างทาง ดังจะเห็นได้จากคนที่ค้นหาขุมทรัพย์ มักจะตายตอนเข้าใกล้ขุมทรัพย์ เพราะว่าพอเข้าใกล้ก็ดีใจวิ่งปรี่เข้าไปหาแต่ลืมไปว่ามีกับดัก หลุมพราง หรือมีอาวุธลับคอยสกัดอยู่ ลืมระวังตัว อยากได้มากเกินไปจนต้องสิ้นชีวิต

มีออกบ่อยไปที่คนอยากสนุกสนานบันเทิงรื่นเริงแต่ไม่ระวังตัว เหมือนคนอยากรับประทานเนื้อปลาแต่ไม่ระวังก้างปลาที่จะตำคอ พระพุทธศาสนาไม่ได้ห้ามรับประทานเนื้อปลา แต่เตือนว่าจงพิจารณาดูก่อนอาจมีก้างที่จะตำคอ ควรเก็บก้างปลาทิ้งก่อนแล้วค่อยรับประทานเนื้อปลา คือให้ดูว่ามีขวากหนาม หรือมีกับดักก่อนถึงขุมทรัพย์ ให้ระวังกับดักนั้น พระพุทธศาสนาสอนให้ระวังกับดักของชีวิต ให้หลีกเลี่ยงหลุมพรางของชีวิต นั่นคือสอนวิธีแสวงหาความสุขด้วยการหลีกเลี่ยงความทุกข์

ใครที่บอกว่าพระพุทธศาสนาสอนให้มองโลกในแง่ร้ายแสดงว่าเข้าใจพระพุทธศาสนาผิดไป เพราะมองตอนที่พระพุทธศาสนาสอนให้ระวังความทุกข์ เขากล่าวหาว่าพระพุทธศาสนาสอนให้จมอยู่กับความทุกข์ นี่เป็นความเข้าใจผิด อันที่จริง พระพุทธศาสนาสอนให้ข้ามพ้นความทุกข์เพื่อไปพบความสุข ดังคำกลอนที่ว่า **"อยากเป็นสุขก็ต้องทุกข์ลงทุนก่อน อยากเป็นก้อนทีละน้อยค่อยผสม"** และที่ว่า **"เหนื่อยไปก่อนแล้วสบายเมื่อปลายมือ"**

พระพุทธศาสนาสอนอริยสัจ ๔ ข้อ ทุกข์ สมุทัย เหตุของทุกข์หรือปัญหา นิโรธ ดับปัญหาคือความสุข และมรรค วิธีแก้ปัญหา ต้องการให้ไปสู่นิโรธ ความดับทุกข์ มีความสุข ไม่มีปัญหา ต้องข้ามให้พ้นอริยสัจข้อที่ ๑ ข้อที่ ๒ ปัญหาและเหตุแห่งปัญหา แล้วใช้มรรควิธีการเพื่อไปสู่ความสุข ซึ่งต้องข้ามดินแดนขวากหนามกันดารนั้น

ธรรมะคอยเตือนให้ระวังขวากหนาม ระวังหลุมพราง ระวังจุดอ่อนของเรา เวลาที่ธรรมะสอนให้แสวงหาความสุข เช่น การมีสุขภาพที่ดีก็สอนให้ระวังอุปสรรคคือทางแห่งความเสื่อม อบายมุขสุรายาเสพติด เป็นต้น อย่าไปยุ่งเกี่ยว เพราะเป็นอันตรายต่อสุขภาพ สมัยนี้ซองบุหรี่ทั่วโลกจะต้องมีข้อความกำกับว่า "บุหรี่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ" ภาษาอังกฤษใช้คำว่า "Smoking kills" คำเตือนหนักกว่าภาษาไทยอีก "บุหรี่ฆ่าคุณได้" ในภาษาอังกฤษ แต่ภาษาไทยอ่อนมาหน่อย "เป็นอันตรายต่อสุขภาพ" คนก็ยังสูบบุหรี่กันอยู่ไม่ลดเลย การดื่มสุราทำให้ความสามารถในการขับขี่ลดลง ทำให้สมองเสื่อม จะขาดสติและไม่สามารถบังคับตนเองได้ ข้อความโฆษณาแบบนี้มีเยอะ ป้ายเตือนก็มีแยะ แต่ก็ไม่มีใครจะสนใจสักเท่าไร

ธรรมะเหมือนป้ายเตือน แต่ไม่ค่อยมีคนสนใจสักเท่าไร เตือนด้วยความหวังดี เตือนด้วยความรักความเมตตา เตือนให้หลีกเลี่ยงทางแห่งความเสื่อม แต่คนก็เบื่อที่จะฟัง เหตุที่เบื่อที่จะฟังก็เพราะคนเราต้องการฟังคำหวาน คำป้อยอ คำไพเราะ ดังภาษิตที่ว่า "พูดจริงไม่เพราะ พูดเพราะไม่จริง" นี่เป็น **ข้อที่ ๑**

ข้อที่ ๒ ต่อให้มีคำเตือนถึงภัยอันตราย คนทั่วไปก็มักจะบอกตัวเองว่าอันตรายจะไม่เกิดกับเรา เรามีของดี จะผ่านมันไปได้ คนอย่างเราไม่ติดโควิดหรอก แต่เพื่อนเราไม่แน่ เราจะคิดเข้าข้างตัวเองเสมอ แม้จะเตือนว่าบุหรี่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ คนสูบบุหรี่ก็ยังเถียงว่า "ปู่ผมสูบบุหรี่ตลอดชีวิตยังไม่ตายจนตอนนี้อายุ ๙๐ แล้ว" สุราก็เหมือนกัน คนมักเถียงว่า สุราเป็นยา

เจริญอาหาร ทำให้แข็งแรง ฝรั่งอยู่ในประเทศหนาวดื่มแก้หนาว สารพัดสารพันจะหาเหตุผลมาหักล้างคำเตือนคำสอน เหตุที่เป็นเช่นนี้ไม่ใช่ว่าไม่รักตัวเอง ทุกคนรักตัวเอง แต่รักมากเกินไปรักในทางที่ผิด "รักลูกมักตามใจลูกจนเสียคน รักตนก็ตามใจตัวเองจนเสียคน"

ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงเตือนว่า "จงรักตนเองให้ถูกทาง" ดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกเป็นนิกเขปบทเบื้องต้นว่า **"อตฺตานญฺเจ ปิยํ ชญฺญา รกฺเขยฺย นํ สุรกฺขิตํ"** แปลความว่า **"ถ้ารู้ว่าตนเป็นที่รักควรรักษาตนนั้นให้ดี"** คนเรามักจะไม่รู้ว่ารักตัวเองมากที่สุด พระพุทธเจ้าตรัสว่า **"นตฺถิ อตฺตสมํ เปมํ รักใดไหนเล่าจะเท่ารักตัวเอง ไม่มี"** เราต้องยอมรับกันในข้อนี้ แม้เราจะรักคนอื่นมาก เรารักเขาก็เพราะว่าเขารักตัวตนของเรา และเราอยู่ไม่ได้ถ้าไม่มีเขา ทำไปทำมาเรารักเขาก็เพราะเรารักตัวเรา คนที่ไม่รักตัวเองจะไม่รู้จักรักคนอื่น ขนาดตัวเองเขายังไม่รัก ใครมารักตัวเขาได้ เขาต้องรักตัวเองให้เป็น จึงจะรักคนอื่นได้

มีหลุมพรางอันหนึ่งของความรัก นั่นคืออคติหรือความลำเอียง เรารักใครเราจะลำเอียงเข้าข้างคนนั้น เรียกว่า "ฉันทาคติ ลำเอียงเพราะรัก" เมื่อเรารักตัวเองมากที่สุดในโลก เราจึงลำเอียงเข้าข้างตัวเองมากที่สุดในโลก **อตฺตานญฺเจ ปิยํ ชญฺญา เมื่อรู้ว่ารักตัวเองมากที่สุด** ก็ต้องรู้ว่าเราลำเอียงเข้าข้างตัวเองมากที่สุด

ความลำเอียงทำให้เจอปัญหาในชีวิต เพราะจะมองไม่เห็นจุดอ่อนของตัวเอง เกิดปัญหาก็ไปโทษคนอื่น เพราะคิดว่าตนเองไม่ใช่ต้นเหตุของปัญหา ปัญหามาจากคนอื่น เราไม่ได้เป็นผู้ที่ทำให้เกิดเรื่องขึ้นมา จึงมองข้ามจุดด้อยและข้อบกพร่องของตนเองแล้วมักจะตำหนิคนอื่นเมื่อเกิดเรื่องขึ้น ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า **"สุทสฺสํ วชฺชมญฺเญสํ อตฺตโน ปน ทุทฺทสํ ความผิดพลาดของคนอื่นเห็นได้ง่าย ความผิดพลาดของตนเองเห็นได้ยาก"** ดังคำกลอนที่ว่า "โทษคนอื่นมองเห็นเป็นภูเขา โทษของเรามองเห็นเท่าเส้นขน" คนอื่นทำผิดอะไรแม้เป็นเรื่องเล็กน้อย เรานำไปขยายใหญ่โตจนทะเลาะกันลั่นบ้านลั่นวัด ถ้าเราทำผิดเอง เรามองเห็นเป็นเรื่องเล็กน้อย มองข้ามไปและไม่แก้ไขปรับปรุง ที่สำคัญไม่ยอมรับผิด ใครจะให้แก้ไขปรับปรุงอย่างไร ก็ไม่ทำ ที่ไม่ทำเพราะใครก็เตือนเราไม่ได้ เพราะเราไม่คิดว่าตนเองจะแย่ขนาดนั้น ไม่คิดว่า ตนเองมีความบกพร่อง เนื่องจากเราใส่แว่นสีแห่งโลกสวยให้ตัวเอง

มีนักวิจัยไปถามนักเรียนทั้งชั้นว่า ประเมินตัวเองอย่างไร นักเรียนส่วนใหญ่ประเมินว่าตัวเองเรียนเก่งในระดับต้น ๆ ของชั้น แต่เวลาสอบจริงปรากฏสอบได้ระดับรั้งท้ายกันมากมาย พวกที่ประเมินว่าตัวเองอยู่ระดับต้น ๆ ไม่ได้เก่งอย่างที่ประเมินตนเอง เวลาประเมินในที่ทำงานว่าทำงานเข้าตากรรมการแค่ไหน ทุกคนก็จะบอกว่า ตนทำงานดีกว่าคนอื่นทั้งนั้น คิดว่าตัวเองเป็นที่หนึ่ง ซึ่งเป็นไปไม่ได้ เพราะถ้าคนทั้งหมดเป็นที่หนึ่งก็จะไม่มีคนที่สองเลย ลองไปถามแต่ละคนในทุกวงการ ก็จะได้รับคำตอบจากแต่ละคนว่าเขาเป็นที่หนึ่ง นี่คือ "การเข้าข้างตัวเอง"

นักวิจัยพบว่าความรักตัวเองมากเกินไป ทำให้เกิดความหลงตัวเอง เกิดอคติแล้วมองแง่ดีในทางที่เป็นอันตราย เช่นมองว่า สูบบุหรี่เป็นอันตรายต่อสุขภาพของคนอื่น ไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพของตนเอง คนที่ข้ามเขตชายแดนไปเล่นการพนันในบ่อนในประเทศเพื่อนบ้านแล้วนำเชื้อโควิดมาฝากคนไทยให้เดือดร้อนทั้งประเทศ เวลาข้ามไปเคยคิดไหมว่าจะติดโควิด เขาคิดเข้าข้างตนเองว่าตนแข็งแรง ใส่หน้ากาก ล้างมือ ลืมไปว่าตอนเล่นทำให้เพลิน สนุกสนาน เผลอถอดหน้ากากออก ไม่รักษาระยะห่าง แล้วตะโกนดังด้วยความลืมตัว ยังอุตส่าห์คิดเข้าข้างตัวเองว่าถึงติดโควิดก็ไม่ตาย เรายังหนุ่มยังสาว ยังแข็งแรง ทั้งที่ในความเป็นจริง คนหนุ่มสาวก็ตายเพราะโควิดได้

คนโบกรถอยู่หน้าบ่อนในประเทศไทยมีอายุ ๔๔ ปี ตายเป็นคนแรกเมื่อระบาดในระลอกที่สอง เขาไม่ได้คิดหรอกว่าจะตาย อีกกรณีหนึ่ง พ่ออายุ ๘๘ ปี ป่วยนอนติดเตียงอยู่ในโรงพยาบาลก็ต้องมาตายเพราะโควิด เนื่องจากลูกชายเข้าบ่อนแล้วมาเฝ้าไข้พ่อ ไม่คิดมาก่อนเลยว่าจะนำเชื้อโควิดมาทำให้พ่อติดเชื้อแล้วต้องตายไป

ทุกคนประเมินตัวเองสูงกว่าความเป็นจริงเพราะคิดเข้าข้างตัวเองกันทั้งนั้น เมื่อคิดเข้าข้างตัวเองว่าไม่ติดโควิด ไม่เป็น ไม่เสี่ยง ใครเตือนก็ไม่ฟัง มองรายได้ที่เกิดจากบ่อนการพนันเหมือนขุมทรัพย์ วิ่งปรี่เข้าไปหา โดยลืมมองหลุมพรางและกับดักจนตกลงไปตายคือติดโควิด ๑๙ แถมพาเชื้อกลับเข้ามาทำให้เดือดร้อนกันทั้งประเทศ จากบ่อนการพนัน แพร่ไปต่อที่บ่อนไก่ คนที่ไปทำงานในสถานบันเทิงที่บ่อนต่างประเทศก็นำโควิดมาแพร่ในสถานบันเทิงในประเทศไทย คนเที่ยวกลางคืนในประเทศไทยก็เดือดร้อนเพราะความรักตัวเอง หลงตัวเองผิด ๆ หัดเตือนตัวเองกันบ้าง จะไปไหนมาไหน อย่าคิดว่าตัวเองไม่ติด อย่าคิดว่าตัวเองมีของดี

พระเณรต้องระวังตัวด้วยเหมือนกัน พระบางรูปออกบิณฑบาตไปเรื่อย ๆ แล้วก็นำเชื้อเข้าวัดจนต้องปิดวัดทั้งวัดก็มี เป็นพระติดเชื้อแล้วไปสวดมนต์ให้ญาติโยมตามบ้าน พอรู้ว่าพระไปสวดที่ไหนชาวบ้านก็ปิดที่นั่นไปด้วย อุตส่าห์นิมนต์พระมาสวดให้พร ท่านแถมโควิดให้ด้วย

ต้องโทษคนที่ประมาทหลงเข้าข้างตัวเอง ถ้าไม่หลงตัวเอง ก็ไม่เกิดเรื่องต่าง ๆ ทั้งในเรื่องโควิดและปัญหาชีวิตการแต่งงาน ครอบครัว การทำงาน การเรียน นักเรียนที่จะสอบคิดว่า จะเก็งข้อสอบถูก ไม่อ่านหนังสือ ไม่เตรียมตัว คิดแต่ว่าปีที่แล้วก็เก็งข้อสอบถูก ปีนี้ก็ต้องเก็งถูกอีก เลยทำให้สอบตก

บางคนบ้าหวยได้เลขเด็ดมาแล้วทุ่มซื้อสุดตัว มีเงินเท่าไรซื้อหมด ทั้งที่คนถูกหวยกินมีเป็นตัวอย่างให้เห็นมากมาย แต่คนบ้าหวยก็ไม่ฟัง คิดเข้าข้างตัวเองว่าเลขนี้เจ้าแม่ตะเคียนให้มาตรง ๆ เมื่อคืนฝันดีเห็นเลขเด็ด ถูกแน่งวดนี้ คิดเข้าข้างตัวเอง หลงความคิดตัวเอง ทุ่มซื้อหวยไปอย่างไม่ระวัง ลูกอดตายช่างมัน

คนคิดหลงเข้าข้างตัวเองมักขาดความระมัดระวัง เพราะคิดเข้าข้างตัวเอง รักตัวเองมากไปจึงสรุปเอาเองว่าต้องโชคดี ไม่คิดเผื่อความผิดหวังไว้ มีคนมากมายที่พลาดเพราะความรักตัวเอง

มากเกินไปจนไม่มีการป้องกัน รู้เท่าเอาไว้ป้องกันรู้ทันเอาไว้แก้ไข ไม่ได้เผื่อใจสำหรับความผิดหวังทุ่มหมดตัว ทั้งความรัก ทั้งการพนัน ทั้งซื้อหวย และอื่น ๆ ผลก็คือเมื่อผิดหวังแล้วตั้งตัวไม่ทัน รักตัวมากอยากได้แต่ความสุข ไม่ได้มองขวากหนาม ไม่มองความทุกข์ระหว่างทาง พระพุทธศาสนาจึงสอนให้ระวังความทุกข์ ที่มักขัดขวางไม่ให้ไปถึงความสุขนั้น ให้มองก้างปลาซึ่งจะติดคอถ้าไม่ระมัดระวังในการรับประทานเนื้อปลา พระพุทธศาสนาไม่ได้สอนให้จมอยู่กับความทุกข์ จมอยู่กับโควิด จมอยู่กับปัญหา แต่สอนให้ข้ามพ้นโควิด ให้ข้ามพ้นปัญหาให้ได้ อย่าไปสนุกสนานบันเทิงรื่นเริงจนช่วยกันแพร่โควิด ๑๙ แต่สนุกแบบถนอมตัวระวังตัว ดังที่อาตมภาพได้ประพันธ์บทโคลงปีใหม่เตือนใจไว้ว่า

คนฉลาดผิดพลาดแล้ว กลับตัว
เคยประมาทเมามัว หยุดยั้ง
สนุกแบบถนอมตัว ปีใหม่
โควิดบุกอีกครั้ง ก่อนได้วัคซีน

อย่าไปดีใจว่าวัคซีนรอเราอยู่แล้วพาตัวเองไปสนุกสนาน หรือทำงานโดยไม่ลืมหูลืมตา ติดโควิดเข้ามาวัคซีนก็ช่วยไม่ได้ เพราะวัคซีนมีไว้เพื่อป้องกันไม่ให้ติดโควิด อย่าคิดว่าติดโควิดหายแล้วชีวิตจะกลับเป็นปกติดี

งานวิจัยที่อู่ฮั่นระบุไว้ว่า ผู้ที่ติดโควิดหายแล้วยังมีอาการอื่นเรื้อรังตามมาอย่างน้อย ๖ เดือน เช่น นอนไม่หลับ ท้องเสีย ระบบภูมิคุ้มกันเพี้ยน ทำไมคนติดโควิดไม่เหมือนคนเป็นไข้หวัดธรรมดาอย่างที่ประธานาธิบดีทรัมป์เคยบอกไว้ เพราะว่าหวัดธรรมดาเป็นแล้วทานยาก็หาย มันไม่ทำลายปอด แต่โรคโควิด ๑๙ เชื้อเข้าไปทำลายปอดและกระตุ้นระบบภูมิคุ้มกัน (Immune System) ในร่างกายให้ผิดเพี้ยน ปกติเชื้อไข้หวัดธรรมดา พอเข้าไปในร่างกาย เม็ดเลือดขาวจะทำลายเชื้อโรคได้เอง แต่โควิด ๑๙ เข้าไปแล้วทำให้เม็ดเลือดขาวหันมาทำร้ายร่างกายตนเอง เรียกว่า ผีซ้ำด้ำพลอย คือติดเชื้อโควิดยังไม่พอ ระบบภูมิคุ้มกันในร่างกายยังเพี้ยน เพราะฉะนั้นคนเป็นเบาหวาน คนเป็นโรคหัวใจ ภูมิคุ้มกันจะไปช่วยกระตุ้นให้ตายเร็ว หมอจึงให้ยาคลอโรควิน (Chloroquine) เป็นยาที่ใช้ในการป้องกันและรักษาโรคมาลาเรีย แต่มีผลช่วยยับยั้งภูมิคุ้มกันเพื่อควบคุมไม่ให้ภูมิคุ้มกันกลายเป็นทหารเกเรไปทำลายระบบทั้งหมด แม้จะหายจากโควิด ภูมิคุ้มกันก็มักจะเพี้ยน ต่อไปเจอโรคอะไรมันจะไม่ทำหน้าที่ต่อต้านและทำลายเชื้อโรคหรือสิ่งแปลกปลอมที่เข้าสู่ร่างกายได้อีก โควิดจึงไม่ใช่ไข้หวัดธรรมดาที่รักษาหายแล้วจะดำเนินชีวิตตามปกติได้

งานวิจัยเหล่านี้กำลังออกมาเรื่อย ๆ ทางที่ดีควรถนอมตัวไว้จนกว่าจะได้ฉีดวัคซีน อย่าหลงระเริงสนุกสนาน อย่าพาตัวเองไปเสี่ยง เมื่อรักตัวเองแล้วให้หลีกเลี่ยงจุดเสี่ยง ๔ ประการ

๑) สถานที่เสี่ยง ซึ่งมีคนจำนวนมากชุมนุมกันอยู่โดยเฉพาะคนที่ติดโควิด ๑๙ รัฐบาลได้ประกาศให้เป็นพื้นที่สีแดง อย่าไป หรือในพื้นที่ที่มีคนติดโควิดจำนวนมากอย่าเข้าไป

๒) **คนเสี่ยง** คนที่มีอาชีพเสี่ยงที่เรียกว่า “อาชีพสีเทา” ไม่ได้ขาวบริสุทธิ์ ไม่ได้ทำราชการ ไม่ได้ค้าขาย ที่แจ้งได้ว่าไปไหนมาบ้างเวลาสอบสวนโรค อาชีพพวกนี้ก็รู้ว่าเป็นอาชีพอะไร ทุกวันนี้ต้องให้ตำรวจไปสอบสวนว่า ไปเข้าบ่อนที่ไหน ไปเที่ยวที่ไหน นี่คือคนเสี่ยง

๓) **กิจกรรมเสี่ยง** คือกิจกรรมที่คนจำนวนมากรวมตัวกันแล้วอยู่ใกล้ชิดกันมาก เช่น จัดคอนเสิร์ต ร้องเพลงตะโกนกัน เชียร์มวย ร้องคาราโอเกะ แม้กระทั่งพระสวดมนต์ ต้องใส่หน้ากากอนามัย เพราะว่าจะแพร่เชื้อใส่กันได้ในห้องแอร์เพราะอยู่ในที่อับ แต่ถ้าเป็นที่โล่งปลอดภัยกว่า พยายามทำกิจกรรมในที่กลางแจ้ง เช่นในพระอุโบสถนี้ที่ให้เดินผ่านตู้ฆ่าเชื้อก่อนเข้ามา

๔) **โอกาสเสี่ยง** คือโอกาสหรือเทศกาลสำคัญ เช่น ปีใหม่ วันเด็ก วันวาเลนไทน์ วันมาฆบูชา ที่มีคนมารวมกลุ่มกันเยอะ ช่วงนี้ควรอยู่บ้านหยุดเชื้อเพื่อชาติ ถ้ามีการจัดงานใหญ่ เช่น งานวันเกิด งานฉลองต่าง ๆ อย่าไปร่วมงาน ให้อยู่บ้านฟังธรรม หยุดเชื้อเพื่อชาติ คนที่รักตัวเองอย่าพาตัวเองไปเสี่ยงในจุดเสี่ยงทั้งสี่แห่งดังกล่าวมา

ถ้ารักตัวกลัวกรรมอย่าทำชั่ว
จะหมองมัวหม่นไหม้ไปเมืองผี
จงรีบทำแต่กรรมที่ดีดี
จะได้มีความสุขพ้นทุกข์ภัย

เพื่อให้จำง่าย ขอเล่านิทานให้ฟังเรื่องหนึ่งเป็นการส่งท้าย ดังต่อไปนี้

มีหนู ๒ ตัวคบเป็นเพื่อนกันมาแต่ยังเล็ก แล้วแยกกันอยู่ หนูตัวหนึ่งไปอยู่ชนบท เป็นหนูบ้านนอก หากินเหมือนหนูนา ส่วนหนูอีกตัวหนึ่งอยู่ในเมือง อาศัยอยู่ในบ้านคนรวย มีอาหารกินอุดมสมบูรณ์

วันหนึ่ง หนูในเมืองเดินทางไปเยี่ยมหนูบ้านนอก หนูบ้านนอกได้ต้อนรับขับสู้เป็นอย่างดี ให้ที่พักอาศัย หาผลไม้และข้าวเปลือกมาให้กิน หนูในเมืองกินไม่ได้จึงบ่นว่า “จนเหลือเกินไอ้เพื่อนเราแกนี่ทนอยู่ได้อย่างไร ลำบากเหลือเกิน ไปอยู่ในเมืองดีกว่า มีแสงสีสวยงามให้ชื่นชม อาหารก็อุดมสมบูรณ์ จะกินอะไรมีทั้งนั้น ไปกับเราดีกว่า”

ว่าแล้ว หนูในเมืองก็พาหนูบ้านนอกไปอยู่ในเมือง ดูแสงสีอย่างเพลิดเพลิน มีโพรงให้อยู่อาศัย มีผลไม้ ขนมคุกกี้ มีนมเนยมากมาย ตั้งแต่เกิดมาเป็นหนูบ้านนอกยังไม่เคยได้กินเลย ทำไมชีวิตในเมืองจึงดีอย่างนี้ หนูบ้านนอกกินอาหารยังไม่ทันไรก็ได้ยินเสียงร้องของแมวตัวใหญ่ที่กระโจนพรวดออกมาไล่ตะครุบหนู

หนูในเมืองวิ่งสุดชีวิต พาหนูบ้านนอกวิ่งตามไปเข้าโพรง แล้วก็แอบดูแมวที่กินนม เนย คุกกี้ อะไรต่าง ๆ จนหมดแล้วก็จากไป หนูบ้านนอกยังไม่หายอกสั่นขวัญแขวนเมื่อหนูในเมืองบอกว่า “เดี๋ยวค่อยออกไปหากินกันใหม่”

หนูบ้านนอกถามว่า “ไม่กลัวแมวหรือ”

หนูในเมืองตอบว่า “กลัวทำไม แมวไล่จับหนูอย่างนี้มันเกิดประจำ แต่เราก็ได้กินอาหารดี ๆ มันคุ้มกับการเสี่ยงนะ”

หนูบ้านนอกบอกว่า “ไม่เอาล่ะ เสี่ยงจะตาย กำลังกินเพลิน ๆ แมวไม่รู้มาจากไหน เราจะกลายเป็นอาหารแมวไปเสียก่อน อยู่อย่างนี้ประสาทจะกิน เครียดจะตาย ไม่เอาด้วยล่ะ เสี่ยงมาก อยู่อย่างปลอดภัยดีกว่า ไม่ต้องรอวันตาย แม้จะอดอยากก็ยังดีกว่า ขอกลับบ้านนอกก็แล้วกัน” ว่าแล้วก็กลับไปอยู่บ้านนอกตามเดิม

คนเราต้องรักษาชีวิตไว้ก่อน ถึงอดอยากบ้างก็ต้องทน ตอนนี้เศรษฐกิจไม่ค่อยดีเพราะหยุดกิจการทั้งหลาย ต้องอยู่อย่างระมัดระวัง ยอมทำตัวเป็นหนูบ้านนอกปลอดภัยไว้ก่อน ดีกว่าอิ่มหมีพีมันชั่วครู่ชั่วยาม แต่ไม่รู้แมวคือโควิด ๑๙ จะมาขย้ำเราเมื่อไร ปฏิบัติตามธรรมภาษิตที่ว่า **“สงฺเกยฺย สงฺกิตพฺพานิ** ให้ระแวงในสิ่งที่ควรระแวง **รกฺเขยฺยานาคตํ ภยํ** ให้ระวังภัยที่อาจจะมาถึง” นั่นคือสิ่งที่ต้องสอนตัวเอง รักตัวเองก็อย่าไปหลงเชื่อคำยุของตัวเองว่า เราไม่เป็นไร เราเก่ง เราดี เรามีภูมิคุ้มกันดี ขวากหนามความทุกข์ไม่ได้มีไว้ดักคนอื่น แต่ดักตัวเราเอง เราต้องไม่ประมาท มีความระมัดระวังเสมอ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า **“ปมาโท มจฺจุโน ปทํ ความประมาทเป็นหนทางสู่ความตาย อปฺปมาโท อมตํ ปทํ ความไม่ประมาทเป็นหนทางไม่ตาย”** โดยเฉพาะในเรื่องโควิดนี้ คนรักตัวเองก็ต้องรักให้ถูกทาง หมั่นเตือนตนก็จะพ้นภัย รักษาตนก็ต้องดูแลตนเองให้ดี ดังพระบาลีที่ยกเป็นนิกเขปบทว่า **“อตฺตานญฺเจ ปิยํ ชญฺญา รกฺเขยฺย นํ สุรกฺขิตํ ถ้ารู้ว่าตนเป็นที่รัก ก็ควรรักษาตนนั้นให้ดี”** ดังพรรณนามา พอสมควรแก่เวลา

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีพระรัตนตรัย และบุญกุศลที่บำเพ็ญทั้งปวงนี้ พร้อมอานุภาพแห่งหลวงพ่อพระพุทธธรรมวิเชษฐศาสดา พระประธานในพระอุโบสถ หลวงพ่อพระพุทธนาคอันศักดิ์สิทธิ์ในพระวิหาร พระบรมสารีริกธาตุบนพระบรมธาตุมหาเจดีย์ ขอจงรวมกันเป็นตบะเป็นเดชะ เป็นพลวปัจจัยอำนวยอวยพรให้ทุกท่านมีความเจริญรุ่งเรืองงอกงามไพบูลย์ยิ่งขึ้นไป ในร่มธรรมแห่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แคล้วคลาดปราศจากทุกข์โศก โรคภัยโดยเฉพาะโรคภัยโควิด ๑๙ ปรารถนาสิ่งหนึ่งประการใดที่เป็นไปโดยชอบประกอบด้วยธรรม ก็ขอให้ความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จสมมโนรถมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนามาใน**อัตตเปมกถา ว่าด้วยความรักตน** พอสมควรแก่เวลา ขอสมมุติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

อัตตโนคติกถา ว่าด้วยทางเดินชีวิต*

อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ อตฺตา หิ อตฺตโน คตีติ.

(ขุ. ธ. ๒๕/๓๖, ๖๖)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนาใน**อัตตโนคติกถา ว่าด้วยทางเดินชีวิต** เพื่อเป็นเครื่องประดับประคองฉลองศรัทธาประดับปัญญาบารมีอนุโมทนากุศลบุญราศีของญาติโยมพุทธศาสนิกชนทั้งหลายที่ตั้งใจมาบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศลในวันนี้ ซึ่งเป็นวันธรรมสวนะวันพระวันฟังธรรม ทั้งฟังธรรมอยู่ในพระอุโบสถวัดประยุรวงศาวาสแห่งนี้ก็ดี ฟังอยู่ ณ สถานที่ต่าง ๆ ผ่านการถ่ายทอดของสื่อออนไลน์และโทรทัศน์ก็ดี ทั้งนี้ก็เพื่อเป็นการศึกษาหาคติธรรมนำเอามาประกอบในการดำเนินชีวิต

ชีวิตคนเราเป็นการเดินทางตั้งแต่วัยเด็กหนุ่มสาวจนวัยชรา การเดินทางในชีวิตของเราได้พบปะและทำสิ่งต่าง ๆ มากมาย บางครั้งก็ประสบความสำเร็จ บางครั้งก็ล้มเหลว บางครั้งก็มีความสุข บางครั้งก็มีความทุกข์ ลุ่ม ๆ ดอน ๆ เหมือนการเดินทางบุกป่าฝ่าหนามแล้วออกไปในที่ราบที่ลุ่มซึ่งเดินทางได้ง่าย การเดินทางเหล่านั้นจำเป็นต้องมีเครื่องนำทาง

สมัยก่อนก็อาศัยดวงดาวในการเดินทาง ปัจจุบันก็จะมีเข็มทิศมี GPS บอกตำแหน่งว่าจะไปไหนไปทางใด นั่นเป็นการเดินทางภายนอก แต่ละชีวิตก็มีการเดินทางภายในของตนเอง มีการพัฒนาชีวิตไปในทิศทางที่ดีขึ้น เจริญขึ้นร่ำรวยขึ้น มีความสุขมากขึ้นก็มี เดินทางในทางเสื่อมเข้าสู่อบายมุข บ่อนการพนัน ยาเสพติด ชีวิตไปจบอยู่ที่กรงขังก็มี

การเดินทางชีวิตจะปลอดภัยเมื่อมีเครื่องนำทาง ถ้าเดินทางไปภายนอก มีเข็มทิศ หรือมี GPS ก็ไม่หลงทาง ดังคำที่ว่า **"หลงทางเสียเวลา หลงเสพยาเสียอนาคต"** หลงทางภายนอกเสียเวลา หลงติดอบายมุขเสียอนาคต และอาจจะเสียชีวิต จึงจำเป็นจะต้องมีเครื่องประกอบในการเดินทาง มีเข็มทิศชีวิตซึ่งมีด้วยกันทุกคน แต่เข็มทิศที่ดีก็มี เข็มทิศที่เลวก็มี ใช้การได้ก็มี ใช้การไม่ได้ก็มี ดังพระบาลีที่อาตมภาพยกเป็นนิกเขปบท คือ ตั้งเป็นชื่อเรื่องในวันนี้ว่า

---

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านสื่อโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๓) ให้แก่ภิกษุ-สามเณร คณะอุบาสก-อุบาสิกา ข้าราชการสำนักเทศกิจ และสาธุชน ออนไลน์ ณ พระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๒๘ มกราคม ๒๕๖๔

“อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ อตฺตา หิ อตฺตโน คติ” แปลว่า **“ตนแลเป็นที่พึ่งของตน ตนแลเป็นคติ คือ ทางเดินชีวิตของตน”**

ประโยคแรกเราจะคุ้นกันมากกว่า **“อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ ตนแลเป็นที่พึ่งของตน”** หมายถึง เราต้องยืนอยู่บนขาของตัวเอง อย่าอาศัยจมูกคนอื่นหายใจ จะสุขจะทุกข์พึ่งตัวเองให้มากที่สุด ไม่หวังจะไปพึ่งคนอื่นเพื่อแก้ปัญหา การแก้ปัญหานั้นอาจจะมาไม่ทันเพราะต้องอาศัยจมูกคนอื่นหายใจ

ดังที่มีข่าวที่ประเทศแถบยุโรปมีการประท้วงกัน เพราะบริษัทที่ผลิตวัคซีนไม่ส่งให้ตามสัญญา กลับนำไปขายให้กับประเทศที่มีเงินเยอะ กำหนดจะส่ง ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ แต่ส่งไปแค่ ๓๐ - ๔๐ เปอร์เซ็นต์ ประเทศในยุโรปจึงพากันประท้วง นำไปขายประเทศอื่นได้อย่างไร คนในยุโรปจะตายอยู่แล้ว

บริษัทที่ผลิตวัคซีนในยุโรปนั้นมีสัญญาว่าจะส่งมาช่วยประเทศไทย ทำให้เป็นที่กังวลใจ เพราะแค่อาศัยที่เขาผลิตใช้เองในยุโรปยังไม่ทัน แล้วคนไทยจะได้ใช้สักขนาดไหน โชคดีว่าบริษัทนั้นทำสัญญาให้บริษัทในประเทศไทยผลิตเอง อาจจะช้าหน่อย ช้าแต่มีความแน่นอน นี่เรียกว่า ไม่ยืมจมูกคนอื่นหายใจ ในหลวงรัชกาลที่ ๙ เรียกว่า **“พอเพียง”** พอที่จะพึ่งตนเอง ต้องใช้คำว่า ยืนอยู่ได้ด้วยขาตัวเอง

ในสถานการณ์ที่โควิดระบาดไปทั่วโลกมีคนติดวันนี้เกิน ๑๐๐ ล้านคน เข้าไปแล้ว โรคนี้ระบาดไปอย่างกว้างขวาง เช่นนี้ก็จะต้องช่วยตัวเอง พึ่งตัวเอง วัคซีนยังไม่มาก็อย่าให้ตัวเองไปติดเชื้อโรค หมั่นใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ รักษาระยะห่างทางสังคม เป็นต้น การช่วยตัวเองนั้นต้องถือว่าตัวเองนั้นเป็นผู้กำหนดทางเดินของชีวิต **“อตฺตา หิ อตฺตโน คติ ตนแลเป็นคติของตน”**

คำว่า **“คติ”** มีสองความหมาย ความหมายที่หนึ่ง **“คติ”** หมายถึง ภพภูมิที่เราไปเกิด เช่น ไปเกิดในสถานที่ดี เรียกว่า **“สุคติ”** ก็คือ เกิดเป็นมนุษย์ เกิดเป็นเทวดา ไปเกิดในที่ไม่ดี เรียกว่า **“ทุคติ”** คือ ไปเกิดเป็นสัตว์นรก สัตว์เดรัจฉาน เป็นเปรต เป็นต้น

ในพระบาลีนี้ที่ว่า “ตนแล เป็นคติของตน” ในที่นี้ไม่ได้หมายถึงภพภูมิที่ไปเกิด แต่หมายถึง **“ทางเดินของชีวิต”** ในภพปัจจุบัน จึงมาใช้ในคำในภาษาไทยว่า **“คติธรรม”** ซึ่งหมายถึง ทางเดินชีวิต หลักการดำเนินชีวิต **“ตนแล เป็นคติของตน”** หมายถึง ตนแล เป็นผู้เลือกทางเดินชีวิตให้กับตนเอง ไม่ใช่ให้คนอื่นเลือก เช่น อยากเรียนอะไรตั้งแต่เด็ก ถ้าเรียนสิ่งที่ชอบ แสดงว่า **“มีคติเป็นของตน”**

เหมือนพราหมณ์ ๑๐๘ คน ได้พยากรณ์ว่า เจ้าชายน้อยสิทธัตถะมีคติเป็นสอง ได้แก่ ถ้าอยู่เป็นฆราวาสจะได้เป็นพระเจ้าจักรพรรดิ แต่ถ้าออกบวชจะได้เป็นพระพุทธเจ้า เป็นทางสองแพร่งในการดำเนินชีวิต แล้วแต่เจ้าชายสิทธัตถะจะเลือกเดินทางไหน พระราชบิดาก็กำหนดไม่ได้

ญาติก็กำหนดไม่ได้ แม้พระราชบิดาสร้างปราสาทสามฤดูให้อยู่อย่างสบาย ปรนเปรอทุกอย่าง หวังจะให้เป็นพระเจ้าจักรพรรดิ สุดท้ายแล้วเจ้าชายสิทธัตถะก็เลือกทางเดินของชีวิต คือ ออกผนวช เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คติเป็นสองก็เหลือหนึ่ง เพราะเลือกในสิ่งที่พระองค์ต้องการเตรียมการมาหลายชาติในอดีต บำเพ็ญบารมีมาสี่อสงไขยกำไรแสนกัปก็เพื่อการนี้ รู้ดีว่าอะไรเหมาะสำหรับตนเองมากที่สุด ทำในสิ่งที่ตัวเองถนัด ทำในสิ่งที่ตัวเองชอบ

ตนจึงเป็นคติ คือทางดำเนินชีวิตของตน ให้ลิขิตชีวิตของตนเอง พระพุทธศาสนาสอนอย่างนั้น ไม่ใช่พรหมลิขิต สวรรค์ลิขิต เลือกคนที่จะแต่งงานเอง เลือกที่จะอยู่กับคนที่ถูกเลือก เป็นผู้ลิขิตเอง **“อัตตโนลิขิต”** ที่ไม่ใช่พรหมลิขิต

ชีวิตจะมีสุข หรือทุกข์ก็ลิขิตเอง เลือกคติคือทางดำเนินชีวิตของเอง และการเลือกที่จะไม่เลือก อยู่เฉย ๆ รอวันตาย ก็เป็นการเลือกอย่างหนึ่ง คือเลือกที่จะไม่ทำอะไรเลย เลือกที่จะยอมแพ้ต่อสงครามโควิด ก็เป็นการเลือก เพราะฉะนั้นการเลือกวิธีดำรงชีวิตจึงมี ๒ แบบ



แบบที่หนึ่ง เรียกว่า **“ญาณคติ”** เลือกทางเดินด้วยปัญญา **แบบที่สอง** เรียกว่า **“อัญญาณคติ”** เลือกทางเดินด้วยอวิชชา ความโง่เขลา อย่างไรเสีย เมื่อเราเดินทางเราก็ต้องก้าวไปแต่เวลาเราไปเราไปอย่างมีทิศทาง มีเข็มทิศ หรือว่าดำน้ำลุยไปเรื่อย ขับรถหลงเพราะไม่มีแผนที่แล้ว ยังตะลุยขับไปเรื่อย ๆ จนตกเหวเขาเรียก อัญญาณคติ ไปด้วยโง่เขลา กับอีกคนหนึ่งศึกษาแผนที่ดู GPS ขับไปตามทิศทางด้วยความรู้ ด้วยปัญญา หลบหลีกเหวหลบหลีกขวากหนามได้เรียกว่า ญาณคติเดินทางชีวิตด้วยปัญญา เราจะเป็นคนมีชีวิตแบบไหน ไปมั่ว ๆ ด้วยความโง่เขลา หรือไปอย่างผู้มีปัญญา ผู้มีความเฉลียวฉลาด เตรียมการไว้ก่อน

จะเห็นว่าในสถานการณ์โควิดนั้นมีคนไม่น้อยเดินทางด้วยความโง่เขลา อัญญาณคติ เดินทางด้วยความไม่รู้เท่าถึงการณ์ มีผู้นำประเทศบางประเทศเข้าใจผิดในเบื้องต้นว่าโควิดก็คือไข้หวัดธรรมดา ไม่แนะนำประชาชนในประเทศของตนให้ระมัดระวัง เช่น สวมหน้ากากอนามัย รักษาระยะห่างทางสังคม ด้วยความเข้าใจผิด ได้นำคนไปผิดทางทั้งประเทศ ทำให้คนทั้งประเทศนั้นติดโควิดมากที่สุดในโลก ๒๕ ล้านคน และบัดนี้คนในประเทศนั้นก็ไม่เลือกเขาเป็นผู้นำต่อไปแล้ว นี่คือ **“อัญญาณคติ”** เลือกดำเนินนโยบายด้วยความโง่เขลา ไม่รู้เท่าทันโควิด

โควิดเป็นเหตุทำให้ปิดบ้านปิดเมือง หยุดกิจการ โดยเฉพาะภาคบริการเช่นโรงแรม การท่องเที่ยวตกงานกันมาก เงินไม่สะพัด หนี้สินมีแต่เพิ่ม เครียดกันมาก เครียดมากแทนที่จะปรับตัว ทำงานนี้ไม่ได้ก็ไปทำงานอื่น รอเวลาเปล่า ปล่อยให้อัญญาณคติเลือกทางเดินด้วยความโง่เขลา ดับเครียดด้วยดื่มสุรา หันเข้าหายาเสพติด

ของเสพติดขายดีมากขึ้นในสถานการณ์โควิด ทั้ง**ดีมานด์**และ**ซัพพลาย** **ดีมานด์** เพราะว่าคนเครียด หนีปัญหา ไปเสพยาบ้า ยาเสพติดดื่มสุรามากขึ้น **ซัพพลาย** คือฝ่ายที่ขายตกงานขึ้นมาก็ค้ายาเสพติดแข่งกันผสมสูตรพิเศษเอายาเค ยาอี มาผสมกันเรียกว่า **"เค นมผง"** คนขายก็ตั้งใจผลิตรุนแรงกว่าเดิม คนเสพก็ไม่ดูตาม้าตาเรือ ซื้อมาเสพตายไปเป็นสิบคนหนุ่มสาวทั้งนั้น อัญญาณคติ เลือกเดินทางชีวิตด้วยความโง่เขลาแก้เครียดอย่างไม่ถูกต้อง

ที่ญี่ปุ่นแก้เครียดไม่ได้ก็หันไปฆ่าตัวตายเมื่อสัปดาห์ที่แล้วหญิงสาวอายุ ๓๐ ปี ติดโควิดไม่ได้ไปรักษาที่โรงพยาบาลเพราะอาการไม่หนักเก็บกักตัวอยู่ที่บ้าน เธอฆ่าตัวตายเขียนโน้ตข้อความสั้น ๆ ทิ้งไว้ว่า **"ขออภัยที่ทำให้คนในบ้านเดือดร้อนต้องมากักตัวไปด้วย เพราะดิฉันติดโควิดทำให้คนอื่นลำบาก"** หาทางออกไม่ได้ ฆ่าตัวตายซึ่งไม่เป็นเรื่องแปลกในวัฒนธรรมที่มีการทำฮาราคีรี คว้านท้องตัวเอง

อดีตในญี่ปุ่นซึ่งเป็นประเทศมีสถิติคนฆ่าตัวตายสูงมากในโลก ปีที่แล้ว เพราะโควิดเป็นเหตุทำให้คนญี่ปุ่นฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้น ๓๗ เปอร์เซ็นต์ และในจำนวนคนที่ฆ่าตัวตายส่วนมากเป็นผู้หญิง ไม่ใช่ว่าผู้ชายเข้มแข็งกว่าแต่ผู้ชายเลือกที่จะไปหาสุรายาเสพติดเสียมาก เมื่อเผชิญปัญหาชีวิตตัดสินด้วย **"อัญญาณคติ"** เลือกทางเดินแห่งความโง่เขลา ก็จะอยู่ในเขาวงกต หาทางออกไม่เจอ มองปัญหาเล็ก ๆ เป็นเรื่องใหญ่โต

เหมือนคนขับแท็กซี่เมื่อปีที่แล้วติดโควิดตกงานอยากกลับไปบ้านที่ชนบท ลูกไม่ให้ไปกลัวจะเอาโควิดไปแพร่เชื้อในชนบทหมู่บ้านนั้น ให้พ่อรออยู่ในกรุงเทพฯ ทั้ง ๆ ที่ตกงานพ่อจึงฆ่าตัวตาย เพราะว่าพบทางตัน

คนที่ยอมจำนนต่อปัญหาชีวิต ต่อโควิด ต่อความทุกข์ ต่อความยากจน จะไม่เห็นทางออกจากความทุกข์มองไม่เห็นแสงสว่างที่ปลายอุโมงค์ ไม่มีหวังเช่นเดียวกับผู้ป่วยระยะสุดท้าย ที่รักษาไม่หายอยู่ไปก็เท่านั้น ฆ่าตัวตายไปก็มี

"คนที่มองไม่เห็นทางออก เพราะชีวิตไม่มีคติที่ดีในเบื้องหน้า" ให้ไปที่ชอบ ๆ ก็ไม่มีที่จะไปพบแต่ทางตันก็เลยยอมแพ้เอาดื้อ ๆ เขาเรียกว่า ยอมจำนนต่อชีวิต เหมือนนักมวยที่สู้เขาไม่ได้พี่เลี้ยงก็โยนผ้าขาวขึ้นไปบนเวที คนที่โยนผ้าขาวให้กับชีวิต เมื่อทุกข์มากพบทางตันจึงไปไม่ถูกก็เลยเลือก อัญญาณคติ คือไปสู่ปรโลก ก็เป็นการเลือกอย่างหนึ่ง แต่เลือกด้วยความโง่เขลา

ตรงกันข้ามกับ **"ญาณคติ"** เลือกทางเดินชีวิตด้วยปัญญา แม้ในภาวะที่มืดมิดที่สุด ก็มีดวงดาว แม้จะอยู่ในอุโมงค์ที่มืดมิด ก็ยังมีแสงสว่างลอดเข้ามาได้ ไปตามแสงสว่างนั้น ก็จะพบทางออก

คนที่คิดอย่างนี้ เป็นคนมีความหวัง เรียกว่า **"เป็นคนที่เลือกทางเดินชีวิตด้วยปัญญา"** ไม่ยอมจำนนต่อสิ่งที่ดูเหมือนว่าจะหมดหนทาง แม้จะเป็นทางตัน คนที่มี **"ญาณคติ"** ลิขิตชีวิตด้วยปัญญานั้น ไม่เชื่อว่าจะมีทางตันให้กับชีวิต ชีวิตต้องมีทางเลือกอยู่เสมอ

เมื่อชีวิตประสบวิกฤต เช่น วิกฤตเศรษฐกิจเพราะโควิด หรือเจ็บไข้ได้ป่วยเพราะโควิด หรือเพราะต้องเก็บกักตัวเองเครียดอยู่กับบ้าน ต้องใช้ปัญญาในการหาทางออกเสมอ

ปัญญาในการหาทางออกให้กับชีวิต คือการมองตามกรอบแห่ง**สามัญลักษณะ ๓ ประการ** ถ้าเข้าใจลักษณะร่วมของปัญหา ของความทุกข์ จะพบทางออก จะไม่พบทางตัน ผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จนได้วิปัสสนาปัญญา จะเห็นลักษณะสามัญ เรียกว่า **"สามัญลักษณะ ๓ ประการ"** ผู้ที่ฟังธรรมะอยู่เป็นประจำ ก็จะได้ยินเรื่อง ลักษณะสามัญ ๓ ประการ แต่ไม่เคยนำมาประยุกต์ใช้ในการเลือกทางเดินชีวิต ฟังธรรมะอยู่เหมือนไกลตัว ไม่เกี่ยวกับเราเลย แท้ที่จริงธรรมะทุกเรื่อง เป็นคติธรรมในการชี้ทางดำเนินชีวิต วันนี้ฟังธรรมฟังเทศน์ให้ดี หาคติธรรมให้ได้เป็นเครื่องสอนใจในการดำเนินชีวิต เมื่อประสบปัญหาให้มองปัญหาด้วยสามัญลักษณะ ปัญหาทุกอย่างมีลักษณะเหมือนกัน เรียก **"สามัญลักษณะ ๓ ประการ"** ได้แก่



ประการที่ ๑ "อนิจจัง ไม่เที่ยง" ทุกอย่างในโลกนี้ไม่มีอะไรเที่ยงแท้แน่นอน โควิดก็ใช่ว่าจะอยู่กับเราไปชั่วกัปชั่วกัลป์ สุดท้ายก็จะลดสภาพไปเป็นไข้หวัด คือมียารักษา มีวัคซีนป้องกัน เหมือนไข้หวัดใหญ่ จะไม่ทำลายชีวิตไม่ทำลายเศรษฐกิจอย่างทุกวันนี้ สภาพที่โหดอย่างนี้จะอยู่ได้ไม่นาน คนที่คิดว่าความทุกข์ ความจน ความเจ็บป่วย จะอยู่นาน การคิดอย่างนี้จะทำให้หมดหวัง พบทางตันของชีวิต และฆ่าตัวตาย

แต่ถ้าใครคิดว่า ปัญหาวิกฤตนี้จะอยู่แค่ชั่วคราว ไม่นาน จะทำให้ทนไหว จะลุกขึ้นสู้ ต่อให้เป็นมะเร็ง หมอบอกอยู่ได้ไม่นาน แต่ก็พบว่าคนไข้หลายคนเห็นว่ามะเร็งก็ไม่เที่ยง อยู่มาได้เป็น ๒๐ - ๓๐ ปี ทั้ง ๆ ที่มะเร็งยังอยู่ในตัวเขา เพียงแต่ว่าต้องเข้าใจว่า ปัญหามันไม่เที่ยง ความทุกข์ โรคภัยไข้เจ็บ ไม่เที่ยง

หญิงญี่ปุ่นที่ถูกสังคมประณามว่าติดโควิด มันก็ไม่เที่ยง ทนอยู่สักหน่อย คนเขาก็เข้าใจเอง ไม่เห็นจะต้องฆ่าตัวตายหนีสายตาที่ตำหนิเธอ น่าเสียดายชีวิต สอบตกก็ไม่เที่ยง มีวันที่จะสอบซ่อมได้ สอบไม่ได้ปีนี้ ปีต่อไปก็สอบได้ ทำไมต้องเลิกเรียน ทำไมจะต้องไปท้อว่าเรียนไม่ไหว ฝึกภาษาต่างประเทศเจออุปสรรคนิดหน่อยก็หยุดแล้ว คิดว่าเอาดีไม่ได้ในภาษาเหล่านี้ ในวิชาเหล่านี้ ทุกอย่างแก้ไขได้ เอาชนะได้ ฝึกฝนได้ เพราะสภาพที่ทำไม่ได้แท้ที่จริงนั้น ไม่เที่ยง วันหนึ่งก็ต้องเอาชนะได้

ประการที่ ๒ "ทุกขัง" มองชีวิตว่าเป็นความทุกข์ อย่าหนีปัญหา อย่าหลบปัญหาว่าไม่มีปัญหา พระพุทธเจ้าตรัสว่า เมื่อเกิดปัญหาให้ทำหน้าที่เรียกว่า **"ปริญญา"** แปลว่า **กำหนดรู้ขอบเขตของปัญหา** สิ่งที่จะต้องทำ คือ ปริญญากิจ เมื่อเกิดปัญหาขึ้น ปัญหานี้มีขอบเขตความเสียหายแค่ไหน อย่าเหมารวมไปทุกเรื่อง ป่วยเป็นโควิดไม่ถึงกับตาย อย่าไปตีโพยตีพายล่วงหน้าว่าตายแน่ แค่เจ็บป่วยเป็นโควิด

ป่วยเป็นโควิด อย่าให้ไปกระทบเศรษฐกิจ อย่าให้เสียงานเสียการ รีบรักษาให้หาย หรือต้องกักตัวเพราะถูกสงสัยว่าติดโควิด ต้องถูกกักตัวก็ไม่นาน แค่ ๑๔ วัน ไม่ถึงกับสิ้นโลก

โรคภัยนั้น เป็นเรื่องสุขภาพ อย่าให้มากระทบรายได้ของครอบครัว อย่าไปเที่ยวสำมะเลเทเมาติดการพนัน ประชดชีวิต ล้มไปทั้งระบบ เมื่อด้านนี้พัง ด้านอื่นยังอยู่

ความรักในครอบครัวต้องรักษาเอาไว้ ยิ่งทุกข์ยาก ยิ่งจะต้องเห็นใจกัน ยิ่งจะต้องช่วยเหลือกัน ยิ่งจะต้องกลมเกลียวกันมากขึ้น ไม่มารุมว่าด่ากัน ประณามกัน จนคนสมุทรสาครไม่มีที่จะยืนในประเทศไทย เป็นโรคก็ให้จบอยู่ที่โรค อย่าไปโยงเรื่องการค้าขาย อย่าไปโยงเรื่องสังคมและการคบหาสมาคม คนติดโรคที่เก็บกัก รักษาตัว อย่าไปเหมารวมว่าคบไม่ได้ มองให้แยกส่วนมองให้ถูกประเด็น อย่าเหมารวม แม้เราจะพ่ายแพ้แนวรบในเรื่องเศรษฐกิจ ถ้าจนลงก็อย่าให้จนน้ำใจรักใคร่กลมเกลียวกันมากกว่าเดิม ควบคุมความเสียหายอย่าให้ลุกลาม

นี่คือ **"ปริญญากิจ"** ที่มีต่อความทุกข์ ก็จะได้ไม่ตีโพยตีพายมากไป ว่าพอติดโควิดระลอกสอง ล่มจมแน่ประเทศเรา ประเทศอื่นติดเยอะกว่าประเทศไทยยังอยู่ได้ เพราะไม่ยอมให้โควิดแค่นี้มาทำลายความรักความสามัคคีทำลายเศรษฐกิจโดยรวมไป ทำด้านนี้ไม่ได้ ก็ไปทำเรื่องอื่นชั่วคราว

วัดประยุรวงศาวาสช่วงหนึ่ง ห้ามญาติโยมเข้ามาฟังเทศน์ในพระอุโบสถ อย่านึกว่าพระหยุดเทศน์หยุดสอน ก็หาทางออกด้วย **"ญาณคติ"** ถ่ายทอดด้วยสื่อออนไลน์อย่างนี้ทั้งปีปีที่แล้วพระพรหมบัณฑิตเทศน์วันพระใหญ่ทั้งปี ไม่ยอมจำนน และไม่ยอมให้คนไทยแพ้หมดรูปแพ้คะแนนก็ยังให้ได้ชนะใจคนดูก็ยังดี

ต้องคิดอย่างนี้ นี่คือ **"ทุกขัง"** ต้องมีปริญญากำหนดขอบเขต ตีเส้นของความสูญเสียให้น้อยที่สุด อย่าให้ล้มละลายไปทั้งกระบวน โบราณบอก **"นิ้วไหนร้าย ตัดนิ้วนั้นทิ้ง"** เรื่องนี้จำเป็นต้องขาดทุนก็ขายกิจการไป ทำกิจการอื่นไว้ก่อน อย่าไปเทขายทั้งหมด ถ้าพอพยุงให้บริษัทอยู่ได้ โรงแรมพออยู่ได้ ร้านอาหารพออยู่ได้แม้จะต้องลด แลก แจก แถม ก็ต้องทำ ดีกว่าหยุดกิจการปิดกิจการ ล้มไปแล้วลุกขึ้นมาใหม่มันยาก แต่เดินโซซัดโซเซให้มันพอไปได้ ประคองไปได้ ผ่านไปได้แล้วจะวิ่งได้ต่อไป จึงเห็นธุรกิจโรงแรมทุกวันนี้ ปกติพักกันคืนเป็นหมื่นเหลือคืนเป็นร้อยไม่ถึงพัน จึงปรับตัว โซเซดีกว่าล้มลงไป จำกัดความเสียหายให้น้อยที่สุด นี่เรียกว่า "เข้าใจขอบเขตของทุกขัง ความเป็นทุกข์"

ประการที่ ๓ "อนัตตา" หมายถึง ไม่ใช่ตัวเรา **"อตฺตา หิ อตฺตโน คติ ตนแลกำหนดทางเดินให้ชีวิตของตน"** เวลาเจอปัญหาซวนเซ อย่าไปคิดว่าเราเป็นต้นเหตุเสมอไป ปัญหาไม่ใช่ตัวเราเป็นอนัตตา มาจากภายนอก ถ้าไม่จับใส่ว่าตัวเราเป็นเหตุ ก็ยังพอมีเวลาจัดการได้ แต่ถ้ายอมจำนน เวลาเจอปัญหาโควิด ถ้าติดโควิดตายแน่ ๆ เพราะมีโรคนั้นโรคนี้ อายุเท่านั้นเท่านี้ ระวังไว้เป็นเรื่องดี

แต่ไม่ควรให้เป็นความกลัว เพราะจะเป็นโรคประสาท ที่สำคัญ คือ ไม่มีอะไรทำให้ติดโควิดได้ง่าย ๆ นอกจากไม่ระมัดระวัง เชื้อโรคมาจากข้างนอก เพราะฉะนั้นระมัดระวังได้ มันเป็น **"อนัตตาไม่ใช่ตัวเรา"**

ความยากจนถ้าจะเกิดขึ้นเพราะผิดพลาดทำธุรกิจไม่ดี ทำให้เสียความเชื่อมั่นในตนเอง อาจเป็นด้วยกันทั้งนั้นในสถานการณ์เช่นนี้ เมื่อสถานการณ์ภายนอกบีบคั้น ไม่ได้เป็นผู้ที่ไม่สู้ ไม่ยอมแพ้ ไม่ยอมจำนน ปัญหามาจากภายนอก เพราะฉะนั้น ถ้าสู้ต่อก็มีโอกาสชนะ แต่เมื่อใดที่ยอมแพ้ ยอมจำนน เพราะรู้ไม่ทัน จะไม่มีทางลุกขึ้นสู้ต่อไปได้

เหมือนนักเรียนสอบตก เพราะคิดว่า ตนเองโง่ ไอคิวต่ำ เอาดีทางนี้ไม่ได้ ถ้าคิดอย่างนี้ พยายามทำให้กลายเป็นเรื่องส่วนตัว แต่ถ้าคิดว่าที่สอบตกเพราะเรียนน้อยไปหรือเพราะป่วย ไม่สบาย ไม่ใช่โง่ คิดอย่างนี้ เป็น **"อนัตตา"**

นักวิทยาศาสตร์ได้ทำการทดลองนำสุนัขสองตัวใส่ไว้ในกรง ตัวละกรง ปิดกรงให้มืดไม่ให้มองเห็นข้างนอก แล้วเอาไฟฟ้าอ่อน ๆ ช็อตสุนัขตัวที่หนึ่ง พอช็อตแล้ว สุนัขก็วิ่งพล่านหาทางออก ปรากฏว่าออกไม่ได้ เพราะทำลูกกรงรอบด้าน โดนช็อตแรก ๆ ก็วิ่งหาทางออก แต่ออกไม่ได้ ครั้งที่สอง ก็ออกไม่ได้ พอสักสี่ห้าครั้งมันไม่วิ่ง หมอบอยู่ในกรง ไม่พยายามที่จะออกจากกรงแล้ว ยอมแพ้ยกผ้าขาว ยอมจำนน

ตัวที่สองพอโดนไฟฟ้าช็อต พยายามวิ่งหนีหาทางออก สามครั้ง สี่ครั้ง ก็ไม่ลดละความพยายาม วิ่งไปเจอทางออก หาทางออกจากกรงไปได้

การทดลองขั้นต่อไป นำสุนัขสองตัวนี้กลับเข้าไปใส่ในกรงใหม่อีก ปิดมิดเหมือนกัน แล้วใช้ไฟฟ้าช็อตเหมือนเดิม ตัวแรกพอใช้ไฟฟ้าช็อต ยืนอยู่นิ่ง ไม่วิ่งหาทางออก ตัวที่สอง พอใช้ไฟฟ้าช็อต วิ่งหาทางออก และออกไปจากกรงได้

สุนัขตัวแรกที่ไม่วิ่ง ไม่หาทางออก ยอมจำนน ทั้ง ๆ ที่กรงใหม่ได้ทำทางออกไว้ให้แล้ว มันบอกตัวเองว่า ฉันสู้ไม่ได้ ฉันแพ้ มันสอนตัวเองผิด ๆ อย่างนี้เป็น **"อัญญาณคติ"** ไม่เลือกทางออก คือยอมจำนน ทั้ง ๆ ที่เขาทำทางออกไว้ให้ ก็แพ้อยู่ตรงนั้น ส่วนสุนัขตัวที่สองมีความหวังตั้งแต่ครั้งแรก มันบอกตัวเองว่า พบทางออกแน่ และก็ไม่ยอมแพ้ มันแสวงหาทางออก พบทางออก พยายามที่จะเรียนรู้ นี่เป็น **"ญาณคติ"**

ถ้าเจอปัญหาแพ้ยกที่หนึ่ง แล้วเราก็จะแพ้ยกที่สองต่อไปเรื่อย ๆ บอกตัวเองอย่างนี้จะเหมือนสุนัขตัวแรก ที่สอนตัวเองผิดๆ พบทางตัน คือ **"แพ้ที่ใจ"**

ถ้าคิดแต่ว่า ชีวิตโชคร้ายทำธุรกิจล้มเหลว เลยไม่ทำอะไร ชีวิตไม่มีโชคในเรื่องงาน เรื่องแต่งงาน เพราะเคยล้มเหลว ก็ไม่พยายาม สอบตกวิชานั้น ก็ไม่เรียนต่อ นี่เรียกว่า **ยอมจำนน** ทั้ง ๆ ที่ตัวเองสามารถที่จะเอาชนะได้หรือมีทางออก แต่ไม่พยายาม

ช้างในละครสัตว์ ที่แสดงหน้าเวที แสนเชื่อง ให้คนขี่ไปโน่นไปนี่ เบื้องหลังนั้นควาญช้างไม่ได้ขังไว้ในคอกใหญ่ หรือเพนียดอะไร ใช้โซ่ล่ามขา ปลายโซ่ไปผูกกับเสาหลักเล็ก ๆ ช้างถูกล่ามโซ่กับเสาหลักเล็ก ๆ ช้างหนักตั้ง ๕ ตัน ถ้าเอางวงจับเสาก็ยกได้ แต่ไม่ทำ เพราะถูกฝึกมาตั้งแต่ตอนเป็นลูกช้างหนักร้อยกิโล ตอนเป็นลูกช้างถูกล่ามโซ่ผูกขาติดกับหลักที่เป็นเหล็ก เป็นหมุดใหญ่เกินกำลังที่ลูกช้างจะดึงได้ พอลูกช้างดิ้นเลือดไหลออกขาที่มีโซ่ล่าม ทำให้เจ็บปวด ในที่สุดก็ต้องนอนยอมสยบ จากวันนั้นเป็นต้นมา ช้างนั้นก็ไม่ดื้อ ยอมจำนน มันยอมแพ้ แม้โตจากน้ำหนักร้อยกิโลเป็นห้าพันกิโล มันไม่รู้ว่าตัวมันเองแข็งแรงกว่าเดิมไม่รู้สักกี่เท่า กระตุกเสาเหล็กทีเดียวก็หลุดแล้ว แต่ช้างห้าตันยังสยบจำนนอยู่กับหลักเหมือนตอนยังเด็ก ช้างเป็นฉันใด คนที่มีอัญญาณคติเลือกทางเดินด้วยความโง่เขลาก็ฉันนั้น

เมื่อปี ๒๕๔๙ ที่แคลิฟอร์เนีย หนุ่มสาวสองคน คบหากันไม่นาน นัดกันไปร่วมสัมมนา ผู้ชายชื่อแบรนดอน ผู้หญิงชื่อจีน่า ไปร่วมสัมมนาที่เซาเทิร์น แคลิฟอร์เนีย เมืองปาล์มสปริง อยู่ในโรงแรม มีคนร่วมสัมมนาเป็นพัน จีน่าก็ไปกับแบรนดอน วันสุดท้าย ทางผู้จัดสัมมนาก็ให้เลือกว่าจะไปเที่ยวที่ไหน

หนุ่มสาวคู่นี้เลือกที่จะไปเที่ยวที่ยอดเขาซานจาซินโต อยู่ห่างจากลอสแอนเจลิส ไม่ไกลมากนัก วิธีเที่ยวคือ ขึ้นรถกระเช้าไฟฟ้าสิบนาทีก็ไปถึงยอด พอไปถึงยอดแล้วก็ให้เวลาสองชั่วโมงในการใช้เวลาเที่ยว เพื่อให้กลับมาให้ทันรถที่จะส่งกลับโรงแรม

หนุ่มสาวเป็นนักผจญภัย ไปถ่ายรูปตรงนั้นตรงนี้ ไปไหนก็ไปจนสุดทางเดิน มีหิมะบนเขานั้นทั้ง ๆ ที่เป็นหน้าร้อน เพราะว่ายอดเขาซานจาซินโตสูง ๓,๐๐๐ เมตร สูงกว่ายอดดอยอินทนนท์ ซึ่งสูง ๒,๖๐๐ เมตร พวกเขาไปไม่ถึงยอดแต่ก็ไปสูงมาก เห็นหิมะปกคลุมยอดเขา

สองคนเดินออกไปเที่ยวถ่ายรูปกัน ไม่ได้มีโทรศัพท์ติดตัว ไม่ได้แต่งตัวอะไรมากมาย ใส่เสื้อธรรมดา นำแต่กล้องดิจิทัลติดมือไปด้วย ในขณะที่เดินออกไปนอกทางก็เห็นคนเขาเดินออกไปอีก ทั้งคู่เดินตามไปได้เจอหิมะ ก็ปาหิมะใส่กันอย่างสนุกสนาน

ขณะนั้นได้ยินเสียงน้ำตกไหล จีน่าได้บอกแบรนดอนว่า "ไปน้ำตกกันไหม น้ำตกอยู่ใกล้ ๆ" ก็เดินหาน้ำตกกันไป ข้ามเขาเป็นลูก ๆ ลึกเข้าไปในป่า ก็ไม่เจอสักที นึกว่าอยู่ใกล้ ๆ ที่จริงเป็น

เสียงก้องแห่งลมพัดในป่า กระทบกับภูเขา เป็นเสียงหลอก นึกว่าใกล้ แต่มันไกล ก็ไปเจอแค่น้ำตก เล็ก ๆ ทำให้เสียเวลามาก

ทั้งคู่จึงชวนกันกลับไปที่กระเช้าไฟฟ้า ตอนกลับหาทางออกเดิมไม่ได้ ทำให้หลงป่า ขณะเดิน ไปได้ยินเสียงเหมือนคนคุยกันมาจากทุกทิศทุกทาง เดินตามไปไหนก็วกกลับมาทางเดิมทุกที ในที่สุด เลยเวลาที่นัดไว้สองชั่วโมง กลับไม่ถูก ก็รู้ว่าตัวเองหลงแล้ว

ป่านี้ทึบ ตะโกนไปก็ไม่มีเสียงใครตอบรับ พอเงียบเสียงตอบรับ ทั้งคู่คิดต่อไปว่า "จะทำยังไงดี" ก็พากันเดินหาทางขึ้นที่สูง เพราะคิดว่ากระเช้าไฟฟ้าอยู่สูง ก็เดินขึ้นที่สูงไป

ในที่สุดแล้วพระอาทิตย์ก็ตกดิน พวกนกพากันบินกลับรัง ครั้นแสงสุริยาลาลับขอบฟ้า ทั้งคู่ยังหาทางลงไม่เจอ ในค่ำคืนนี้ต้องทนอยู่บนยอดเขาในความหนาวเหน็บ บนยอดเขาสูงถึง ๓,๐๐๐ เมตร มีลมพัดทั้งคืนเย็นยะเยือกเข้าไปอีก และที่สำคัญไม่มีชุดอะไรติดตัวไปกันหนาวเลย ทั้งคู่ต้องพากันเข้าไปหลบในถ้ำ

โดยทั่วไปในถ้ำ ในความมืดมักจะมีเสือ มีงูหางกระดิ่ง ผู้ชายนำกล้องดิจิทัลถ่ายภาพ จากที่ไกลเข้าไปในถ้ำ ในความมืดก็ปรับแฟลชให้แสงกระทบในระยะไกลที่สุด แล้วนำภาพ มาดู เมื่อในถ้ำปลอดภัยก็พากันอยู่ได้ อยู่ในความหนาวกันตลอดทั้งคืน หลับไม่ลงเพราะหนาวมาก ยังมีหิมะปกคลุมข้างบนอีก

พอยามเช้าพระอาทิตย์เริ่มทอแสงบนปลายยอดไม้ ทั้งคู่ไม่มีอาหาร ไม่มีน้ำดื่ม ไม่ได้ทาน อะไรเลย คิดว่า รออีกสักพัก จะขึ้นไปหาอาหาร และจะเห็นกระเช้าไฟฟ้าอยู่ตรงไหน

ทั้งคู่ก็ปีนขึ้นที่สูงไปอีก ทานผลไม้ในป่าประทังชีวิต ใช้เวลาปีนขึ้นไปนานพอสมควร ปีนจนไปถึงยอดเขา เป็นเนินเขาเมื่อมองไปแล้ว ไม่เห็นกระเช้าไฟฟ้า รู้ว่าตัวเองหลงมาไกลมากแล้ว แต่ก็ไม่ได้ตีโพยตีพายอะไร เมื่อมองลงไป เห็นน้ำตก มีน้ำไหลเซาะไปตามลำธาร คิดว่า "ลำธารนี่ น่าจะพาให้ไปพบทางใหญ่ ทางไปเมืองปาล์มสปริงได้"

ทั้งคู่ตัดสินใจพากันลงจากเขาสูง ลัดเลาะไปตามไหล่เขาที่สูงชันมาก มีต้นสนขึ้นเป็นระยะ ก้อนหินก็หล่นใส่ตามไหล่เขา จึงใช้เวลานานกว่าจะไปถึงลำธารที่เชิงเขา ลงไปแล้วเป็นหุบเขา ที่ยาวมาก ทอดยาวไกลมองไปสุดสายตา และลำธารไหลลงไปในหุบเหวอีก เป็นแกรนด์แคนยอน เป็นหุบเขาลึกและยาว ตรงนี้เรียกว่า ลองแคนยอน

หนุ่มสาวไม่รู้ว่าลงไปในแคนยอนที่ลึกลงในหุบเขา ยังไม่ลึกสุด เพราะยังลงไปได้อีก จึงเห็นลำธารที่ไหลไป ในที่สุดทำให้ขึ้นไม่ได้ เพราะว่าสูงชันมาก ทั้งคู่จึงต้องค้างคืนทนความหนาว อยู่ในหุบเขา และอยู่ข้างลำธาร ดื่มน้ำ และทานผลไม้ป่าที่พอหาได้ประทังพอให้มีกำลัง เป็นคืนที่สอง

พอรุ่งเช้าที่สามเดินสำรวจไป ก็ไปเจอเต็นท์ทำให้ทั้งคู่ดีใจมาก มีเต็นท์นักเดินทางอยู่ ก็เข้าไป ที่เต็นท์ด้วยความหวังว่าจะไปขอความช่วยเหลือ ปรากฏว่าฝุ่นจับเต็นท์หมด รู้ว่าไม่มีคน

เป็นเต็นท์ร้าง ค้นไปเจอแผนที่ และเป้สะพายของนักเดินทาง รู้ว่าเป็นของชายอายุ ๖๑ ปี แผนที่ใส่ไว้ในซองพลาสติกอย่างดี เขียนไว้ที่มุมซองว่า เดินทางมาที่นี่วันที่ ๑๓ พฤษภาคม ๒๕๔๘ หลงเข้ามาแล้วเจอทางตันหาทางออกไม่ได้

แต่ละวันเขาเขียนบันทึกการเดินทางว่าไปที่ไหน ไปเจอทางตัน ไปไม่ได้ เขียนว่ามาถึงที่นี่วันที่ ๘ พฤษภาคม หญิงสาวก็ดีใจว่าคือวันนี้ "วันที่พวกเรามาที่นี่เหมือนกัน" แต่ผู้ชายบอก "มันปีที่แล้วนะ ๒๕๔๘ ครบหนึ่งปีพอดีเลย" และดูต่อไปอีกจนถึงวันที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๔๘ เขียนบอกไว้ว่า **"ขอลาละ ไม่มีทางไปไหน ขออำลา"** และก็จบ แสดงว่าตาย สันนิษฐานว่า **"ฆ่าตัวตาย"**

เท่านั้นแหละผู้หญิงตกใจสุดขีด คนคนนี้เป็นนักเดินทาง มีเป้ มีแผนที่ มีทุกอย่าง ยังมาตายอยู่ตรงนี้ หาทางออกไม่เจอ ขนาดเก่งกว่ายังตาย เราที่ไม่มีเสื้อผ้า ไม่มีอะไรติดตัว แล้วจะรอดหรือ พอคิดเท่านี้สติแตกเลย ขวัญกระเจิงร้องสุดเสียงด้วยความกลัวตาย

ผู้ชายก็ตกใจ ต้องปลอบขวัญ ถามว่า "ทำไม" ผู้หญิงก็บอก "ดูนี่สิ อายุเท่าพ่อ ลายมือก็เหมือนกันอีก ตายแน่ ๆ" เธอตีโพยตีพาย หมดกำลังใจที่อุตส่าห์มีความหวังว่าจะไปตามลำธาร ในที่สุดพอเรียกขวัญกลับมาได้ก็ตกลงกัน โดยทิ้งเป้ไว้ นำไปเฉพาะบัตรประจำตัวของผู้ชายคนนั้น แล้วเดินไปตามลำธารไปเจอน้ำตก ไหลลงไปในเหวเป็นร้อยฟุต พูดคุยกันว่า "ถ้าเราไปต่อก็ลงเหว เหนือน้ำตกขึ้นไปเป็นหน้าผาชันเป็นแกรนด์แคนยอน มิน่าล่ะคนเก่งกว่าเราเขาถึงต้องตาย" เจอสภาพอย่างนี้ ก็ยกธงขาว ยอมจำนน

ผู้หญิงยอมแพ้เลย ส่วนผู้ชายตั้งสติด้วย **"อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ ตนแลเป็นที่พึ่งของตน"** **"โก หิ นาโถ ปโร สิยา ใครจะมาช่วยเราได้"** และ **"อตฺตา หิ อตฺตโน คติ ตนแลเป็นผู้กำหนดทางเดิน"**

ผู้ชายมีกำลังใจสู้ขึ้นมา บอกว่า "ถ้าไปต่อก็ไม่ได้ เราก็กลับไปที่เต็นท์ของผู้ชายคนนั้น ไปสำรวจกันใหม่ รื้อเป้ผู้ชายคนนั้นดูว่ามีสมบัติอะไร เขียนอะไรไว้ในเป้บ้าง"

พอกลับไปที่เต็นท์ ค้นในเป้ก็พบกล่อง มีถุงพลาสติก ลึกเข้าไปข้างในที่สุด เจอกล่องไม้ขีด ใส่กล่องพลาสติกยังแห้งดีอยู่ มีไม้ขีดทั้งหมด ๒๕ ก้าน

ไม้ขีด ๒๕ ก้านนี้ผู้ชายถือว่าเป็นแสงสว่างที่ปลายอุโมงค์ที่จะทำให้รอดชีวิตได้ จึงพาผู้หญิงเดินไปชายน้ำตก แล้วปีนไปที่สูง ไปก่อไฟส่งสัญญาณออกนอกหุบเขา ให้ควันลอยขึ้นสูง เพื่อส่งสัญญาณให้คนเห็นจะได้มาช่วย

เมื่อพากันจุดไฟตอนเย็น เฮลิคอปเตอร์ก็โผล่มา ตอนจุดไฟควันสูงไม่พอ มันบินวนไปวนมา เมื่อไม่เห็นคนเพราะมีต้นไม้บัง ก็บินจากไป ทั้งคู่หมดกำลังใจ นอนพักไม่พูดไม่จากัน

รุ่งขึ้น ผู้ชายลุกขึ้น เดินลงจากเนินเขาไปที่ต่ำ ไปที่ป่าสน นำต้นสนแห้ง ๆ มากองรวมกัน รวมไม้ขีดทั้งหมดเท่าที่มีจุดไฟเลย เผาไม้สนแห้ง ๆ ต้นสนมีน้ำมัน ไฟก็ลุกโชติช่วงสูงสี่สิบห้าสิบฟุต

แล้วก็ลามไปติดต้นสนอื่น ๆ ไหม้ป่าลุกโชติช่วงชัชวาล แล้ววิ่งมาพาผู้หญิงหนีไฟที่ไหม้ขึ้นเนินสูงข้างบน เพราะไฟไหม้ป่าสน เป็นไร่ และก็พอไฟไหม้สูง ๆ ขึ้น ควันก็พวยพุ่งขึ้นดำทะมึน

เฮลิคอปเตอร์ของพวกที่ตามหาคนที่หลงป่าก็มา พวกที่ดับไฟป่าก็มา พอไฟดับมอดลงก็ตะโกนถามจากลำโพงเฮลิคอปเตอร์ว่า "นั่นใช่คุณแบรนดอนกับคุณจีน่ารึเปล่า" ทั้งคู่ก็ตอบด้วยความดีใจว่า "ใช่!!!" นึกค่อนในใจว่า "ถ้าไม่ใช่เรา แล้วจะใช่แมวที่ไหน มันเหลืออยู่แค่นี้แหละ" และดีใจมากเพราะรอดชีวิต กลายเป็นข่าวว่า **"สิ่งหนึ่งที่คนตายมี แต่เขาก็ตาย คือก้านไม้ขีดทำให้คนสองคนซึ่งมาทีหลังรอดตาย"**

ความต่างก็คือ ไม่หมดกำลังใจ ของมีเหมือนกัน แต่คนหนึ่งตาย อีกสองคนรอดในปีต่อไป **ต่างกันเพราะกำลังใจ เพราะความหวัง เพราะปัญญา เป็น "ญาณคติ"** เลือกทางเดินด้วยปัญญาโดยไม่ยอมจำนน อยู่ในหุบเขาลึกในแคนยอน ก็พ้นมาได้ ต่อให้เศรษฐกิจจะเป็นอย่างไร ต่อให้โควิดจะเป็นอย่างไร ก็ไม่เลวร้ายเท่าไปอยู่ในหุบเขาลึก ซึ่งไม่มีคนช่วยเลย

ทุกวันนี้มีกัลยาณมิตร มีคนช่วย มีอะไรต่าง ๆ มากมาย ไม่มีใครปล่อยให้อดตาย รัฐบาลก็ไม่ปล่อยให้อดตาย พระอยู่ในวัดยังมีญาติโยมจากฮ่องกง แม่ชีทองสุขมาทำบุญ

เพราะฉะนั้น ทุกคนมีกัลยาณมิตร มีความหวังที่จะช่วย ไม่ต้องถึงขนาดต้องเผาต้นสน ป่าสน เพียงแต่บอกกัน ช่วยกัน ก็จะเป็นกำลังใจ เป็นกัลยาณมิตรให้กันและกัน ก็จะพ้นทุกข์โศกโรคภัยได้ ขอเพียงอย่ายอมแพ้ อย่ายอมจำนนในภาวะวิกฤตเช่นนี้ ก็จะผ่านพ้นไปด้วยกัน ดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกขึ้นเป็นนิกเขปบทเบื้องต้นว่า **"อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ ตนแล เป็นที่พึ่งของตน อตฺตา หิ อตฺตโน คติ ตนแล เป็นผู้ลิขิตทางเดินชีวิตของตน"** ดังพรรณนามาพอสมควรแก่เวลา

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และบุญกุศลทั้งปวงจงมารวมกันเป็นตบะ เดชะเป็นพลวปัจจัย อำนวยอวยพรให้ทุกท่านทุกคนมีสติปัญญาสามารถ มีกำลังใจในการชนะอุปสรรคอันตรายโรคภัยไข้เจ็บทั้งปวง เจริญยิ่งด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ ธรรมสารสมบัติ ธนสารสมบัติ ปรารถนาสิ่งใดที่ชอบประกอบด้วยธรรม ก็ขอให้ความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จสมมโนรถมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนาใน**อัตตโนคติกถา ว่าด้วยทางเดินชีวิต** พอสมควรแก่เวลาขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

อภิรติกถา ว่าด้วยความยินดีพอใจ*

อภิรติยา อาวุโส สติ อิทํ สุขํ ปาฏิกงฺขนฺติ.

(องฺ. เอกฺก. ๒๔/๖๖)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนาใน**อภิรติกถา ว่าด้วยความยินดีพอใจ** เพื่อเป็นเครื่องประคับประคองฉลองศรัทธา ประดับปัญญาบารมี อนุโมทนากุศลบุญราศี ของญาติโยมพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ผู้ตั้งใจมาบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศลฟังเทศน์ฟังธรรม ในพระอุโบสถวัดประยุรวงศาวาสแห่งนี้ ซึ่งวันนี้มีเลขานุการสำนักเทศกิจ กรุงเทพมหานคร มาเป็นประธานจุดเทียนส่องธรรม นอกจากญาติโยมที่ฟังอยู่ในพระอุโบสถนี้ ก็ยังมีเด็กนักเรียน จากโรงเรียนวัดประยุรวงศ์ (กทม.) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒ ส่งผู้แทนมานั่งฟัง โดยนั่งรักษาระยะห่างทางสังคม และหลายคนก็เข้ามาในพระอุโบสถไม่ได้ เพื่อไม่ให้เกิดการแออัด ได้ฟังอยู่ทางบ้าน พร้อม ๆ กันผ่านสื่อออนไลน์ และบันทึกไปออกอากาศทางสถานีวิทยุโทรทัศน์ เพื่อลด ความแออัดอันเนื่องจากต้องรักษาระยะห่างทางสังคม

วันนี้หลายท่านหลายคนอยากฟังเทศน์เพราะใกล้เทศกาลแห่งความบันเทิงรื่นเริงยินดี อันเรียกว่า **"วันตรุษจีน"** พรุ่งนี้เป็นวันปีใหม่ตามปฏิทินของชาวจีน ปกติก็มีการฉลองกัน อย่างครึกครื้น แต่ปีนี้เงียบเหงาพอสมควร ไม่อาจจะจัดเหมือนปีก่อน ๆ ได้ เพราะอุปสรรค คือ การระบาดของโควิดระลอกที่สอง จึงต้องมีความระมัดระวัง ถัดไปจากนั้นอีกไม่กี่วันก็คือ วันแห่งความสุข อันมาจากประเพณีของชาวคริสต์เรียกว่า **"วันวาเลนไทน์"** เคยจัดงาน เฉลิมฉลองกัน ปีนี้ก็จะไม่เหมือนปีก่อน ปลายเดือนนี้เป็นงานของชาวพุทธ เป็นวันสำคัญ ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า **"วันมาฆบูชา"** ในวัดเคยจัดเวียนเทียนกัน คนมาเต็มลานหน้าวัด ปีนี้ก็ยังไม่รู้ว่าจะทำได้หรือเปล่า เพราะว่าในวันเทศกาลแห่งความยินดี มีความสุข ทำไม่ดี ก็อาจจะมีความทุกข์เข้ามาแทน เพราะว่ากลายเป็นชนวนของการแพร่ระบาดของเชื้อโควิด เหมือนวันเกิดของดีเจบางคน จัดฉลองวันเกิดเพิ่มความสุขของเขา แต่กลายเป็นความทุกข์ ของคนอื่นผู้ร่วมงานต้องโดนสอบสวนกันหลายคน เพราะเป็นเหตุแห่งการแพร่ระบาด

---

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านสื่อโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระแรม ๑๔ ค่ำ เดือน ๓) ให้แก่ภิกษุ-สามเณร คณะอุบาสก-อุบาสิกา ข้าราชการสำนักเทศกิจ และสาธุชน ออนไลน์ ณ พระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔

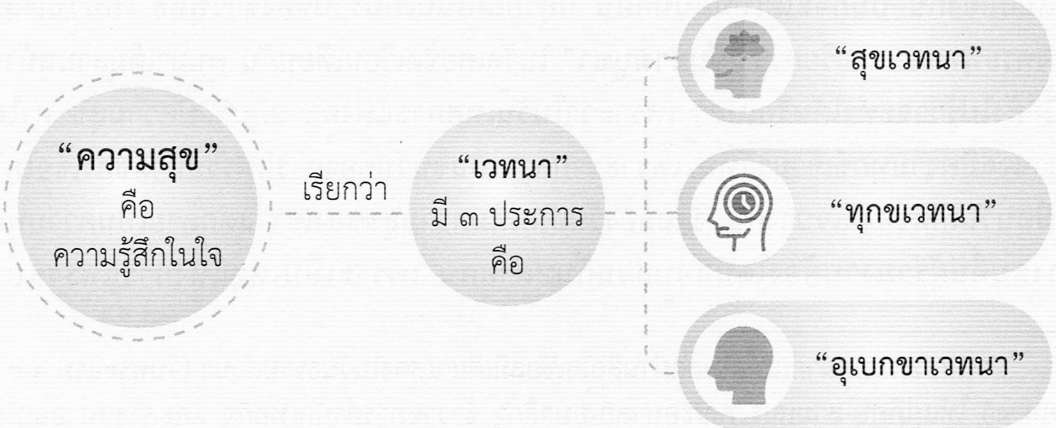
ของเชื้อโควิด ทำอะไรจึงต้องระมัดระวัง เพื่อให้บรรยากาศแห่งความสุขไม่กลายเป็นความทุกข์ วันตรุษไม่กลายเป็นวันแห่งความเศร้า

ตรุษ (อ่านว่า ตฺรุด) เป็นภาษาสันสกฤตว่า **"ตฺรุฏ"** แปลว่า แตก ขาด ทำให้ขาด หมายถึง การตัดขาดจากปีเก่าเพื่อเข้าสู่ปีใหม่ ปัจจุบันนิยมใช้เป็นคำว่า **"ตรุษ"** ตรงกับภาษาบาลีว่า **"ตุฏฺฐิ"** แปลว่า **"ความยินดี"** ในเทศกาลตรุษเป็นเทศกาลเฉลิมฉลองฤดูใบไม้ผลิในประเทศจีน หิมะเริ่มละลาย เพราะฉะนั้น**ใบไม้สีเขียว** ต่อไปก็ดอกไม้ออกดอกบานสะพรั่ง ปีใหม่จึงมีความรื่นเริงบันเทิงกัน เรียกว่า **"วันตรุษ"** วันแห่งความยินดี วันแห่งความเฉลิมฉลอง มีความสุข

วันแห่งความรัก ก็เป็นวันแห่งความเบิกบานอิ่มอกอิ่มใจ ก็ห่วงกันว่าวันแห่งความยินดี วันแห่งความรัก จะนำความทุกข์มาให้ ถ้าเฉลิมฉลองกันไม่ดี **"วิ่งตามหาความสุข แต่ความสุขมันวิ่งหนี"** แทนที่จะได้สิ่งดี กลับได้สิ่งร้ายมาแทน

ความสุขอยู่แค่เอื้อม แต่ทำไมความสุขบินหนีไป อุปมาเหมือนการไล่จับผีเสื้อ ผีเสื้อเหมือนความสุขมีความสวยงาม เวลาจับผีเสื้อ คนตะปบมันแรงเกินไปก็ทำให้ผีเสื้อแบนแต๊ดแต๋อยู่ในมือ ผีเสื้อตาย คือ ความสุขหาไปแล้ว เพราะจับแรงเกินไป ถ้าจับเบาเกินไปผีเสื้อก็บินหนีไป คว้าไว้ไม่อยู่ ความสุขก็เป็นเช่นนี้ อยากจะชื่นชมยินดีก็เกิดเรื่องขึ้นเพราะโควิด ถ้าจัดงานรื่นเริงแล้วมีคนติดโควิดในงาน ผู้จัดก็ต้องโดนรุมด่า ถ้าไม่จัดงานฉลองอะไรเลย ความสุขก็บินหนีไป

เพราะฉะนั้น เวลาที่จับผีเสื้อ เราต้องรู้ธรรมชาติของผีเสื้อ เราจับพอดี ๆ ไม่เบาเกินไป ไม่แรงเกินไปดีที่สุดคือให้ผีเสื้อบินมาเกาะที่มือ ยื่นมือไปแล้วผีเสื้อคงนึกว่าเป็นดอกไม้หรือมีสีอะไรล่อให้ผีเสื้อสะดุดตา มันบินมาเกาะที่มือเองเพราะเรารู้ธรรมชาติผีเสื้อว่าต้องการอะไร และรู้วิธีจับได้ให้พอดี ฉันใด การรู้ธรรมชาติของความสุข อะไรเป็นเหตุแห่งความสุข ความสุขจะเกิดขึ้นได้อย่างไร และรู้วิธีจับได้ให้พอดีทำอย่างไร ก็ฉันนั้นเหมือนกัน



๑. ความรู้สึกที่สบาย ความสบายกาย สบายใจ อิ่มเอิบใจ อาการแสดงความดีใจ เช่น การได้รับของขวัญวันปีใหม่ ย่อมดีใจ พอใจ เรียกว่า **"สุขเวทนา"**

๒. ความรู้สึกไม่สบายกาย ไม่สบายใจ เช่น นักเรียนนั่งนานแล้วเมื่อย ความเมื่อยไม่ใช่ความสุข แต่เป็นความทุกข์กาย ทุกข์ใจ กังวลใจ เรียกว่า **"ทุกขเวทนา"**

๓. อาการเฉย ๆ ไม่สุข ไม่ทุกข์ ไม่ปวด ไม่เมื่อย เช่น เรียนหนังสือ ไม่ถึงกับเบื่อ ไม่ถึงกับเซ็ง แต่เฉย ๆ ไม่สุขไม่ทุกข์ ในขณะที่เรียนอยู่ เรียกว่า **"อุเบกขาเวทนา"**

การที่จะมี **"ความสุข"** ได้ **"ต้องมีความรู้สึกชอบ"** รู้สึกยินดีพอใจ จึงมีความสุข แต่ถ้ารู้สึกไม่ชอบ เบื่อ เซ็ง เกลียด เจ็บปวดใจ นั่นเป็น **"ความทุกข์"** ถ้าเฉย ๆ ไม่สุขไม่ทุกข์ เป็น **"อุเบกขา"**จึงไม่ต้องไปไล่จับผีเสื้อที่ไหน แต่อยู่ในใจของคน

ถามว่า "จะทำอย่างไรความสุขเกิดขึ้นแก่ใจ"

ตอบว่า "จะต้องมีตัวกระตุ้น มีเหยื่อล่อ"

เหยื่อล่อในที่นี้ เรียกว่า **"อารมณ์"** แปลว่า **"ที่เกาะ"** ตรงกับภาษาบาลีว่า **"อารัมมณะ"** หรือ **"อาลัมพนะ"** เหมือนกับตะปูที่เขาตอกเข้าไว้เพื่อนำนาฬิกาแขวนไว้ นาฬิกาจึงเกาะอยู่ที่ตะปู ความสุขคือผีเสื้อจะต้องมีที่เกาะ ที่เกาะแห่งความสุข คือ **"อารมณ์"** อารมณ์ในที่นี้คือสิ่งเร้า หรือสิ่งกระตุ้น (Stimulus) แบ่งออกเป็น ๒ ประการ คือ

๑. อิฏฐารมณ์ สิ่งกระตุ้นที่น่าพอใจ

๒. อนิฏฐารมณ์ สิ่งกระตุ้นที่ไม่น่าพอใจ



ประการที่ ๑ อิฏฐารมณ์ สิ่งกระตุ้นให้ความสุขบินเข้าในใจ เด็กดูการ์ตูนเรื่องที่ชอบ กระตุ้นให้สนุก หัวเราะชอบใจ พึงพอใจ มีความสุข ผู้ใหญ่ดูภาพสวยงาม **นี่ความสุขเข้ามาทางตา**



ฟังเพลงไพเราะ หรือได้รับคำชมที่หวานหู **นี่ความสุขเข้ามาทางหู**

จมูกดมกลิ่นหอมที่ชื่นชอบ **นี่ความสุขเกิดขึ้นทางจมูก**



ได้รับประทานอาหารที่อร่อยถูกปาก เช่น วันนี้แม่ชีทองสุข นามเจ็ดสี นำอาหารถูกปากมาถวายพระเณร ได้ฉลองศรัทธากันทุกรูป อาหารเป็นตัวรส เรียกว่า **"อร่อย"** หรือหลายคนฉลองตรุษจีน ได้รับประทานอาหารที่อร่อย ๆ เป็นอาหารประเภทหมูเห็ดเป็ดไก่ **นี่ความสุขเกิดขึ้นทางลิ้น**



ฉลองตรุษจีนปีนี้ จะให้ของเป็นมงคล ต้องได้ของใหม่ เปลี่ยนอะไรใหม่ ๆ สวมเสื้อผ้าใหม่ นั่งรถคันใหม่ เมื่อกายสัมผัสกับสิ่งของที่ชอบเกิดความพอใจ **นี่ความสุขเกิดขึ้นทางกาย**

เทศกาลแห่งความสุขในพรุ่งนี้ **"วันตรุษจีน"** มีอั่งเปา มีแต๊ะเอีย มีรางวัลแจกให้ มีการรับรางวัลเป็นซองแดง แจกของขวัญวันตรุษจีน พอบอกแค่นี้เกิดความคิดมโนภาพในใจ คือภาพสตางค์ลอยเข้ามา ถึงแม้ตอนนี้ยังไม่ได้เงิน แต่ว่านึกถึงภาพไว้ล่วงหน้า เกิดเป็น **"ธรรมารมณ์"** แปลว่า **"ที่เกาะของความคิด"** คิดเรื่องดี ๆ มีความสุข นี่ความสุขเกิดขึ้นทางใจ สิ่งกระตุ้นให้เกิดความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ทางใจ เช่นนี้ เรียกว่า **"เป็นอิฏฐารมณ์"** ที่น่าปรารถนา น่าพอใจ

ประการที่ ๒ อนิฏฐารมณ์ สิ่งกระตุ้นที่ไม่น่าปรารถนา ไม่น่าพอใจ คือการได้เห็นภาพที่ไม่สวยงาม ภาพสิ่งปฏิกูลต่าง ๆ เสียงด่า เสียงคนทะเลาะกันลั่นบ้าน เสียงด่ากันไปมา เสียงแมวกัดกัน สุนัขไล่กัดกัน ดมกลิ่นเหม็น กลิ่นของเน่าต่าง ๆ รับประทานอาหารที่ไม่อร่อย ที่ไม่ชอบใจ สวมเสื้อผ้าที่แข็งกระด้าง นอนบนเตียงที่ไม่นุ่ม คิดว่าจะไม่ได้รับอั่งเปา แต๊ะเอีย ซองแดงรางวัลในวันตรุษจีน เกิดความไม่พอใจ หรือคิดเรื่องร้ายที่มีความทุกข์ เช่น คิดแต่เรื่องการแพร่ระบาดของโควิด คิดฝังใจกับเป็นเรื่องที่ไม่เป็นมงคล ไม่ทำให้มีความสุข อยู่ที่ไหนมีแต่ความทุกข์ เพราะอะไร เพราะตัวกระตุ้นไม่ดี **เมื่อตัวกระตุ้นไม่ดี จึงได้สิ่งที่ไม่ดี**ตามมา ผีเสื้อแห่งความสุขไม่บินมาหา กลายเป็นตัวต่อบินมาหา แมลงวันบินมาหาที่ก่อให้เกิดความทุกข์เพราะ**อนิฏฐารมณ์**

มีคำถามว่าถ้าอยากได้ความสุขเราจะทำอย่างไร

ถ้าอยากได้ความสุข เราต้องหาภาพที่ดี เสียงไพเราะ กลิ่นหอมเย้ายวนใจ รสชาติที่อร่อย สัมผัสที่อ่อนนุ่ม ความสำราญเบิกบานใจ เวทนาคือความรู้สึกเป็นสุขจะเกิดขึ้น นี่คือ ความเข้าใจธรรมชาติของผีเสื้อแห่งความสุข ส่วนเรื่องที่ไม่ดีถ้าไปคิดถึงมันจะเป็นความทุกข์ มีคนชมทั้งวันอิ่มเอมใจ พอมีคนใดคนหนึ่งด่าว่าเรา ใจก็ไปเกาะติดกับเสียงคนคนเดียวที่ด่านั้น กลายเป็นความทุกข์ เช่น จัดงานรื่นเริงขึ้นมา งานทุกอย่างเสร็จเรียบร้อยแล้ว มีคนเขียนชมเรา ๙๕ เปอร์เซ็นต์ แต่มีคนเขียนมาด่าว่าเราแค่ ๕ เปอร์เซ็นต์ ทำให้เป็นทุกข์เพราะใจเราไปเกาะเข้ากับ ๕ เปอร์เซ็นต์นั้น ถ้าเราเพ่งดู ๙๕ เปอร์เซ็นต์แทน เราจะมีความสุขได้ **นี่เป็นวิธีสร้างความสุข**

คนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงจะไม่หวั่นไหวไปกับคำติ ใครจะด่า ใครจะว่าเราหน้าตาน่าเกลียด เสียงไม่ดี ไม่ไพเราะ เราพยายามคิดแผ่เมตตาคือหาจุดดีมาชมตนเองตามสถานการณ์ ใครว่าหน้าตาไม่ดี เราก็หาเรื่องดีมาคิดแย้งให้ได้ เช่น ถึงรูปไม่งามแต่ก็ใจดี ถึงรูปไม่งามแต่ได้แฟนสวยแฟนหล่อ

บางทีเราใช้วิธีไม่สนใจคำด่า ไม่รับฟังมัน ถ้าหลีกเลี่ยงในการรับฟังไม่ได้ ก็อย่าไปใส่ใจหรือให้ความสำคัญในเรื่องนั้น เพราะเมื่อใส่ใจทุกเรื่อง ก็รังแต่จะทำให้เป็นทุกข์ได้ ดังคำประพันธ์ที่ว่า

สุขและทุกข์อยู่ที่ใจมิใช่หรือ
ถ้าใจถือก็เป็นทุกข์ไม่สุกใส
ถ้าไม่ถือก็ไม่ทุกข์พบสุขใจ
เราอยากได้ความสุขหรือทุกข์นา

การเข้าไปยึดติดกับ **"อนิฏฐารมณ์"** ไม่เกิดผลดี ถ้านำมาใส่ใจมาก ๆ คิดแต่เรื่องร้าย มองโลกในแง่ร้าย ต้องเกิดทุกข์ ถ้ามองโลกในแง่ดีก็จะมีความสุข เพราะฉะนั้น หลักของการจับผีเสื้อแห่งความสุขจึงอยู่ที่การรู้จักมองแง่ดีและมองข้ามแง่ร้ายแล้วยินดีกับแง่ดีนั้น ๆ

ดังที่พระบาลีอาตมภาพในยกไว้ เป็นนิกเขปบทเบื้องต้นว่า **"อภิรติยา อาวุโส สติ อิทํ สุขํ ปาฏิกงฺขํ"** แปลความว่า **"ท่านผู้มีอายุ ถ้ามีความยินดีพอใจ ความสุขก็เป็นอันหวังได้"**

พระบาลีที่อ้างมานี้เป็นคำของพระสารีบุตร ท่านบอกว่า ความสุขมักจะเกิดแก่ผู้รู้จักยินดีพอใจกับสิ่งที่กระตุ้นให้เกิดความรู้สึก เรายินดีพอใจสิ่งใด เราจะมีความสุขในสิ่งนั้น แต่ใช่ว่าทุกคนจะยินดีพอใจกับภาพสวยงาม เสียงไพเราะ กลิ่นหอม อาหารอร่อย สัมผัสอันละมุนละไม คิดหรือว่าจะยินดีจริง ๆ เช่น เข้ามาภายในพระอุโบสถวัดประยุรวงศ์ ท่านรู้สึกแตกต่างกันไหม เมื่อสิบปีก่อนยังไม่มีภาพจิตรกรรมฝาผนังที่สมบูรณ์ ตอนนี้มีภาพจิตรกรรมฝาผนังสวยงามย่อมให้ความรู้สึกที่ดีแก่บางคน

สำหรับบางคน ภายในพระอุโบสถมีภาพจิตรกรรมฝาผนังสวยงาม หรือไม่มีเมื่อสิบปีก่อนกับตอนนี้ไม่ต่างกัน ภาพจิตรกรรมไม่ได้ให้ความสุขแก่พระเณรที่ลงโบสถ์ทำวัตรสวดมนต์ทุกวันเช้าเย็น แค่มองผ่าน เห็นภาพอยู่ทุกวัน เวลามองดูภาพจิตรกรรมเกิดความรู้สึกเฉย ๆ ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น ตอบว่าเพราะความเคยชิน

ฆราวาสก็เหมือนกัน ซื้อรถยนต์ด้วยราคาแพง ขับด้วยความภาคภูมิใจ ถามว่า ยังพอใจดีใจที่ได้ขับรถราคาแพงตั้งแต่ปีที่แล้วจนถึงวันนี้ไหม ถึงแม้ว่ารถจะมีราคาแสนแพงขนาดไหน เขาจะยินดีพอใจตอนแรก ๆ เท่านั้น พอขับรถนี้ทุกวัน เกิดความรู้สึกเฉย ๆ เป็นอุเบกขาเพราะความเคยชิน เขาไม่มีความสุขเหมือนตอนได้รถครั้งแรก และเมื่อเวลาผ่านไป ความสุขก็จางหายไป และบางทีกลับกลายเป็นความทุกข์ไปก็มี

ดังมีสุภาษิตจีนว่า

อยากมีความสุข ๑ ชั่วโมง ให้งีบหลับ

อยากมีความสุข ๑ วัน ให้ไปตกปลา

อยากมีความสุข ๑ เดือน ให้แต่งงาน

อยากมีความสุข ๑ ปี ให้รับมรดก

อยากมีความสุขตลอดไป ให้ช่วยเหลือคนอื่น

ทำไมความสุขจึงมีระยะสั้นนัก จะสังเกตเห็นได้ว่า เมื่อได้เสื้อใหม่ ได้ของใหม่ คนจะชื่นชมอยู่เพียงแค่ไม่กี่วัน เมื่อได้เลื่อนตำแหน่งใหม่ ก็ดีใจอยู่แค่ไม่กี่วัน เมื่อได้คู่ครองแต่งงานก็มีความสุขกันในช่วงแรก ๆ เคยมีการสัมภาษณ์คนที่ถูกหวยรางวัลที่หนึ่งว่ามีความสุขนานเท่าไร คำตอบมีอยู่ว่าโดยเฉลี่ยแล้วคนที่ถูกหวยรางวัลที่หนึ่งมีความสุขอยู่ได้อย่างมาก ๑๘ เดือน หลังจากนั้น กลับมา

รู้สึกเฉย ๆ เหมือนคนไม่เคยถูกหวย เมื่อรู้สึกเฉย ๆ แล้วก็แสวงหาเรื่องตื่นเต้นอื่น ๆ ต่อไป เช่น เล่นหวยต่อไป หรือหันไปเล่นการพนัน หรือลงทุนบางอย่างจนหมดเนื้อหมดตัว

คนถูกหวยพอได้เงินมาก็มีความสุข เขาซื้อความสุขจากการนำเงินไปซื้ออาหาร ซื้อรถ บ้าน โทรศัพท์ เพื่อหาอิฏฐารมณ์ใหม่ไปไม่รู้จบ อิฏฐารมณ์เก่าที่คุ้นชินแล้ว เขาจะเบื่อจึงแสวงหาสิ่งใหม่มาทดแทน ตัวอย่างคือดารานักร้องตอนมีชื่อเสียงโด่งดังมีเงินเป็นร้อยล้าน ตอนเขาตาย อาตมภาพไปเทศน์งานศพ แม้บ้านก็ยังไม่เหลือให้ภรรยากับลูกอยู่ เขาได้นำเงินไปลงทุนบ้าง ไปเล่นการพนันบ้าง ถูกความโลภครอบงำ ในที่สุดก็หมดตัว เพราะความสุขที่เคยได้จากเงินหายไปกลายเป็นความทุกข์ เรียกว่า **วิปริณามทุกข์** หมายถึงความสุขที่กลายเป็นทุกข์ การได้ยศศักดิ์หรือได้ลาภอะไรก็ตามทำให้ดีใจอยู่ได้ไม่กี่วันและความทุกข์ก็ตามมา

เหตุหนึ่งที่ทำให้ความสุขกลายเป็นความทุกข์ก็คือ**ความเคยชิน** เช่น ในวันแห่งความรัก การได้พบพูดคุยกับคนรักสร้างความสุข แต่พอได้พบพูดคุยกันบ่อยครั้งเข้า คู่รักจะเริ่มไม่สนใจกัน อยากจะอยู่เฉย ๆ หรือต่างคนต่างอยู่ เมื่ออีกฝ่ายหนึ่งมาตามมาตื๊อมากขึ้นก็เกิดการทะเลาะกัน ดราม่ากัน นี่เป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจากความเคยชิน กลายเป็นว่าการพบกันบ่อยทำให้ลดความสนใจกัน นี่เป็นธรรมชาติของจิตที่ต้องฝึกสร้างความเคยชินทั้งกับอิฏฐารมณ์และอนิฏฐารมณ์

ครั้งหนึ่ง เมื่ออาตมภาพเทศน์อยู่ตรงนี้ มีช่างมาซ่อมวิหารส่งเสียงดังรบกวนการเทศน์ คนฟังก็หันไปดูที่ต้นเสียง เกิดความฟุ้งซ่านรำคาญ อาตมภาพต้องสั่งให้ช่างหยุดทำงานชั่วคราวจนกว่าการเทศน์จะจบลง อย่างนี้การฟังเทศน์ก็ดำเนินต่อไปได้ แต่ถ้าเป็นสถานการณ์ที่ไม่สามารถจะแก้ไขได้ เช่น เราอยู่ที่บ้าน มีเสียงเลื่อยไฟฟ้าดังมาจากนอกบ้าน เรากำลังดูทีวีจึงเริ่มหงุดหงิดรำคาญเสียงนั้น แต่ถ้าเปลี่ยนไปดูรายการทีวีที่ชอบด้วยความสนุกสนาน ไม่ใส่ใจกับเสียงที่ดังมาจากนอกบ้านนั้นปรากฏว่าเราเลิกสนใจเสียงรบกวนไปเอง นี่เป็นธรรมชาติของจิตที่จะไม่รับรู้หลายเรื่องหลายอารมณ์ในเวลาเดียวกัน จิตรับรู้ทีละเรื่อง ถ้ามีเรื่องใหม่ที่น่าสนใจกว่า จิตจะลืมเรื่องเก่าหันมาสนใจเรื่องใหม่ กระบวนการนี้เรียกว่า **เอกัคคตา หมายถึง คิดทีละเรื่อง ตรงกับคำว่าสมาธิ หมายถึงปักใจมั่นอยู่กับเรื่องเดียว**

ถ้านักเรียนฝึกคิดทีละเรื่องในแต่ละวันจะทำให้มีสมาธิในการเรียนจะเรียนหนังสือได้ดี เพราะการใส่ใจในเรื่องที่กำลังเรียนในชั่วโมงนี้ พอถึงชั่วโมงต่อไปเข้าเรียนวิชาอื่น ทิ้งความสนใจเรื่องเก่าหันไปสนใจเรื่องใหม่ พอสนใจเรื่องใหม่ จึงเข้าใจเรื่องนั้นและเรียนรู้ไปรู้ทีละเรื่องอย่างนี้ทำให้เรียนเก่ง ในความรักก็เช่นเดียวกันเพราะสนใจคบกับคนไหน ก็จะทำให้นึกถึงแต่คนนั้น ใส่ใจคนนั้นเห็นแต่แง่ดีของคนนั้น ทำให้เกิดความรัก เป็นความสุข แต่ความสุขอาจแปรเปลี่ยนเป็นอุเบกขาความวางเฉยเพราะความเคยชิน

ความเคยชินเป็นกลไกของจิตที่จะลดความสนใจในสิ่งที่รับรู้บ่อย ๆ เช่น กรณีที่สุภาพสตรีใส่น้ำหอมเดิมทุกวันออกไปทำงาน วันแรกก็ยังได้กลิ่นน้ำหอมที่ตนเองใช้ รู้ว่าใส่น้ำหอมกลิ่น

อะไร วันเวลาผ่านไปเกิดความเคยชินกับกลิ่นน้ำหอม บางวันฉีดน้ำหอมแล้วยังไม่รู้ว่าหอมหรือยัง ไปถึงที่ทำงาน เพื่อนถามว่าใส่น้ำหอมอะไรมา กลิ่นฉุนมาก แต่ถ้าเพื่อนที่ทำงานด้วยกันนาน ๆ คุ้นชินกับกลิ่นฉุน ๆ ที่ใส่ไปนั้น ก็จะไม่ใส่ใจ ไม่สนใจกลิ่นนั้น ไม่รู้สึกอะไร

พระสงฆ์ก็เหมือนกัน พระธุดงค์ออกเดินธุดงค์ไม่ได้อาบน้ำและซักจีวร ๑๕ วัน ยังอยู่ได้ เพราะคุ้นชินกับกลิ่นนั้นตลอดเวลา พระธุดงค์รูปอื่น ๆ ต่างก็ไม่ได้ซักจีวรเหมือนกัน เมื่ออยู่ด้วยกันก็ชินไปด้วยกัน แต่พอเข้าไปในหมู่บ้าน ชาวบ้านอาจทนกลิ่นไม่ไหว

ความเคยชินเป็นกลไกการปรับตัวที่ช่วยลดความทุกข์จากความสูญเสีย เช่น คนประสบอุบัติเหตุมือขาดหรือแขนขาด เขาอาจทุกข์มากเมื่อเกิดอุบัติเหตุขึ้น แต่เมื่อเวลาผ่านไป เขาทำใจยอมรับความสูญเสียนั้นได้ เขาสนใจแต่เรื่องปัจจุบันเฉพาะหน้ามากกว่า เช่น เรื่องอาหารการกิน การเป็นอยู่ เขาไม่ได้ใส่ใจเรื่องมือขาดหรือแขนขาด เขาใส่ใจแต่เรื่องเฉพาะหน้า เมื่อใส่ใจเรื่องเฉพาะหน้าได้ ก็มีความสุขกับเรื่องเฉพาะหน้า ลืมนึกถึงเรื่องมือขาดหรือแขนขาด เราจึงเห็นคนพิการบางคนมีความสุขร่าเริงมากกว่าคนมีอาการครบ ๓๒

รวมความว่า ใครอยากมีความสุข ให้ปฏิบัติตนดังต่อไปนี้

๑. ประสบอิฏฐารมณ์เมื่อใด ก็ดีใจมีความสุขเมื่อนั้น เพราะฉะนั้น เวลาที่มีสิ่งน่าพอใจเข้ามา ให้เปิดใจรับสิ่งที่น่าพอใจนั้น

๒. เมื่อใจเคยชินกับสิ่งใดแล้ว ให้ทำใจเป็นอุเบกขาวางเฉย อย่าเกลียดสิ่งนั้น

๓. เพื่อไม่ให้เกิดความเคยชิน ให้สร้างความหลากหลายในอิฏฐารมณ์ อย่าให้เกิดความซ้ำซากจำเจ เช่น ทานผักอยู่ทุกวันอาจน่าเบื่อ วิธีช่วยไม่ให้น่าเบื่อก็คือปรุงรสให้แตกต่างกัน ทำเมนูผักต่าง ๆ ไม่ให้น่าเบื่อ หรือใช้กิจกรรมที่หลากหลาย ให้แตกต่างกับคนเดิม ๆ ห่วงหาอาทรกัน ทำเรื่องต่าง ๆ ด้วยกัน จะสนใจกันมากขึ้น จะเกิดความยินดี มองแง่ดีและเกิดความสุข

พระเณรฟังเจ้าอาวาสเทศน์อยู่ทุกวันพระอาจเกิดความเคยชิน ถ้าท่านเทศน์อยู่แต่เรื่องเดิมก็ทำให้น่าเบื่อ แต่ถ้าเจ้าอาวาสเปลี่ยนหัวข้อ เปลี่ยนนิทาน เปลี่ยนตัวอย่าง พระเณรจะนั่งฟังด้วยความชอบใจพอใจ สามารถจดจำนำไปเป็นตัวอย่างในการเทศน์ต่อไปได้ เพราะฉะนั้นต้องทำให้หลากหลาย **แม้จะพูดเรื่องเดิม หัวข้อเดิม ต้องมีนิทานใหม่ ตีความใหม่** อย่างนี้เป็นต้น ความหลากหลายทำให้เกิดความน่าสนใจ ไม่น่าเบื่อ เป็นวิธีสร้างความสุข ๒ ประการดังนี้



ประการที่ ๑ เวลาที่ความสุขเกิดขึ้น **"ฐิติสุขา"** ให้ดีใจกับความสุขที่เกิดขึ้นนั้น ให้ระวัง **"วิปริณามทุกขา"** ความสุขนั้นอาจเปลี่ยนไปเป็นความทุกข์ ในกรณีนี้ ให้บอกใจว่าอย่าทุกข์เมื่อเวลาพบความเปลี่ยนแปลง เช่น ของกินไม่อร่อยเหมือนเดิม อย่าไปทุกข์ ให้วางอุเบกขา คือวางเฉยไว้

คนที่เคยชมชอบแล้วทำให้มีความสุข ตอนนี้เขาเปลี่ยนไปเป็นคนปากจัดไม่น่ารักเหมือนก่อน อย่าเก็บไปเป็นความทุกข์ ให้ฝึกใจเป็นอุเบกขา

เราได้รับสิ่งของอะไร ให้ดีใจมีความสุขกับมันทันที เมื่อมันเปลี่ยนไปเป็นตรงกันข้าม อย่าเก็บไปทุกข์ ให้วางใจเป็นอุเบกขา เหมือนคนพิการที่ใช้เวลาไม่นานก็เกิดความเคยชินกับความพิการของตน จนสามารถมองหากิจกรรมอื่นมาสร้างความสุขขึ้นมาได้ คนที่เจ็บไข้ต้องปรับใจยอมรับความเจ็บป่วยของตนให้ได้ อย่าไปโหยหาความสุขตอนที่ยังแข็งแรง ให้นึกถึงว่า ตอนนี้ยังมีลมหายใจอยู่ รู้จักยินดีพอใจที่มีชีวิตอยู่ได้อีกหนึ่งวัน

มีคนเล่าว่า เขาทำผ่าตัดบายพาสหัวใจ หมอบอกว่าเขาจะอยู่ได้อีกไม่เกินห้าปี เขาทำใจยอมรับได้ไม่เครียด เขาอยู่มาถึงตอนนี้ได้ ๒๐ ปี โดยออกไปร้องเพลงที่ร้านคาราโอเกะทุกคืน ภรรยาส่งไป เพราะกลัวสามีจะตาย อยากให้สามีหาความสุขจากเพลงที่เป็นอิฏฐารมณ์ นี่คือในยามที่มีความสุข ให้พอใจยินดี พออิฏฐารมณ์แปรเปลี่ยนไป ก็ปรับเปลี่ยนใจให้เป็นอุเบกขา

ประการที่ ๒ เวลามีความทุกข์ ให้อดทนไว้ **"ฐิติทุกขา"** ความทุกข์เป็นทุกข์เมื่อมันเกิดขึ้นและดำรงอยู่ แต่ความทุกข์ก็มีเวลาเปลี่ยนแปรไป ดังนั้นเวลาประสบทุกข์ให้วางใจเป็นอุเบกขา วางเฉย ไม่สนใจ ก็จะกลายเป็น "วิปริณามสุขา" คือความทุกข์อาจเปลี่ยนเป็นความสุข ตัวอย่างเช่น นักเรียนนั่งนานแล้วเมื่อย เกิดเป็นความทุกข์ ถ้าอยากให้เปลี่ยนทุกข์เป็นสุข ให้ปรับท่านั่ง พลิกขาไปอีกด้านเรียกว่า เปลี่ยนมาเป็นสุข เหมือนการคบคนเดิมหน้าเดิมเป็นทุกข์ ให้เปลี่ยนวิธีปฏิบัติต่อกัน หรือหากิจกรรมใหม่ทำร่วมกัน ก็สร้างสุขได้ ดังที่พุทธทาสภิกขุแต่งกลอนไว้ว่า

ยามจะได้ได้ให้เป็นไม่เป็นทุกข์
ยามจะเป็นเป็นให้ถูกตามวิถี
ยามจะตายตายให้เป็นเห็นสุดดี
ถ้าอย่างนี้ไม่มีทุกข์ทุกวันเอย

ยามจะได้ได้ให้เป็น เป็นอย่างไร ตอนได้มาก็ให้ยินดี มีความยินดี ดังบาลีที่ว่า **สุขํ ปาฏิกงฺขํ แปลว่า ความสุขจะเกิดขึ้นได้** เวลาจะได้ได้ให้เป็น คือรู้จักยินดีกับสิ่งที่ได้มา แต่เวลาเสียไปอย่าเสียใจ ให้ใช้อุเบกขา วางเฉย

ยามจะเป็นเป็นให้ถูกตามวิถี เป็นอย่างไร เมื่อได้ยศได้ตำแหน่ง ดีใจกับการสวมหัวโขนนั้น แต่ถ้าเขาถอดหัวโขนออกไป ให้ใช้อุเบกขา วางเฉย เช่น ถึงเวลาเกษียณ ต้องใช้อุเบกขา อย่าเที่ยวแวะเวียนเข้าออกที่ทำงาน เมื่อเกษียณจากตำแหน่งแล้ว ให้หาเรื่องอื่นทำ อยู่ที่บ้าน เลี้ยงลูกเลี้ยงหลาน มีความสุขกว่า

ยามจะตายตายให้เป็นเห็นสุดดี เป็นอย่างไร เวลาจะตายให้มีอุเบกขาวางเฉยไม่ต้องห่วงหน้าพะวงหลัง ให้คิดถึงความดีที่เคยทำไว้เพื่อเป็นปัจจัยไปสู่สวรรค์ เพื่อเป็นบุญเป็นกุศล ให้จิตผ่องใสนำไปสู่สุคติ

หลวงตาแพรเยื่อไม้ หรือพระครูพิศาลธรรมโกศลไปเทศน์ในคุก กล่าวตอนหนึ่งว่า **"วันนี้อาตมภาพจะมาเทศน์เรื่องติดคุกเป็นมงคล"** ผู้หญิงหน้าตาสวย ๆ มาอยู่ในคุกนั่งฟังด้วยความสนใจ ส่วนมากต้องโทษยาเสพติด ติดคุกเป็นมงคลอย่างไร ให้ถือการติดคุกเป็นโอกาสกลับตัวด้วยการหาสิ่งดี ๆ มาพัฒนาชีวิต เช่น เขามีโครงการให้เรียนหนังสือในคุกก็เรียนไป คือเปลี่ยนวิกฤตเป็นโอกาส ดังคำประพันธ์ที่ว่า

สองคนยลตามช่อง คนหนึ่งมองเห็นโคลนตม
อีกคนตาแหลมคม เห็นดวงดาวอยู่พราวพราย

ในเรื่องติดคุกเป็นมงคลนี้ มีเรื่องจริงเกิดขึ้นในปี ๒๕๔๐ ชายชาวเขาเผ่าม้งคนหนึ่ง ชื่อ "เล่ากี่" ติดคุกข้อหาค้ายาเสพติด ถูกถามว่า "ทำไมไปค้ายาเสพติด" เขาเล่าว่า น้องชายเป็นเหตุ น้องชายไปรับยาเสพติดจากประเทศเพื่อนบ้านมาขาย ยังไม่ทันได้ขาย ยาเสพติดถูกขโมยไป น้องชายก็เลยข้ามฝั่งไปเพื่อแจ้งว่าของหายไป จะทำอย่างไร เมื่อข้ามไปน้องถูกจับเป็นตัวประกัน ถ้าไม่นำเงินจ่ายจะฆ่าทิ้ง ตอนนั้นพี่ชายมีงานทำมีเงินเดือน มีความรู้ จบ ปวส. แต่ต้องข้ามฝั่งไปด้วยความหวังว่าเจรจาแล้วฝ่ายโน้นจะปล่อยตัวน้องชาย แต่ที่ไหนได้เขาต้องจ่ายเงิน ๒๐๐,๐๐๐ บาท เป็นค่าไถ่ตัวน้องชายออกมา แต่เขาไม่มีเงินจ่ายก็ขอเจรจาในอันที่จะทำอย่างไรให้ปล่อยตัว

หัวหน้าฝ่ายโน้นเสนอให้เขาเอายาเสพติดมาขายฝั่งไทย พอขายได้แล้วใช้เงินคืนก็จบกัน ตั้งแต่นั้นเขาจึงลักลอบนำยาเสพติดมาขายที่ฝั่งไทย ทำงานร่วมกับน้องชายสองคน ทั้ง ๓ คน ขายยาเสพติดใช้หนี้หมดภายในสองเดือน พอใช้หนี้หมดแล้ว ก็อยากจะเลิกขาย แต่เลิกไม่ได้ ขึ้นหลังเสือแล้วลงไม่ได้ ไม่มีใครมาขู่เข็ญบังคับ ว่าจะต้องขายต่อ เพราะลูกค้าติดใจนำเงินมาให้เยอะมาก เลยถูกความโลภครอบงำ ขายยาต่อจนร่ำรวยมีเงินมากมาย ต่อมาโดนตำรวจยาเสพติดวางแผนล่อซื้อ จึงถูกตำรวจจับเข้าคุกทั้งสามพี่น้อง ศาลชั้นต้นตัดสินประหารชีวิต ศาลอุทธรณ์ตัดสินประหารชีวิต ใส่ตรวนรอคำพิพากษาอยู่ ๑๓ ปี เดินหมดเรี่ยวหมดแรงอยู่ในคุกรอคำพิพากษาศาลฎีกา

วันหนึ่ง นช. เล่ากี่ เดินไปเรื่อย ๆ เห็นกองขยะที่ใส่จนล้นถัง เศษขยะกระเด็นออกมา จึงช่วยเก็บเศษขยะต่าง ๆ ที่ล้นออกมาใส่ลงไปในถัง เขาเหลือบไปเห็นถุงกระดาษชิ้นหนึ่ง ก็หยิบขึ้นมาอ่านตัวหนังสือที่พิมพ์เป็นสี พออ่านก็รู้ได้ว่า เป็นถุงใส่แป้งทำโรตี พิมพ์บอกสูตรทำโรตีอย่างละเอียดไว้ข้างถุง คนติดคุกเห็นอะไรนิดเดียวก็เกิดความสนใจถุงใบนี้ เขานำเอาสูตรทำโรตีนั้นมานั่งคิดนอนคิด

เขาสนใจแต่เรื่องจะทำโรตี มีความยินดีพอใจในการทำโรตี อยากกินโรตีขึ้นมาจึงไปเบิกเงินที่ญาติฝากไว้ในบัญชีแต่ไม่ได้เห็นตัวเงิน ให้ผู้คุมนำเงินในบัญชีไปซื้อแป้งและนมมาทำโรตี ทำเสร็จแล้วก็ทดลองกินเองก่อน

ทำครั้งแรก โรตีมีแต่แป้ง ไม่กรอบ ไม่นุ่ม ก็ลองผิดทดลองถูกไปเรื่อย ๆ ให้ความสนใจในโรตีเลิกคิดเรื่องจะต้องถูกประหารชีวิต ใส่ใจแต่เรื่องโรตี เกิดความยินดี มองแง่ดีขึ้นมาหายเบื่อหายเซ็งในคุก ทำโรตีแจกเพื่อนผู้ต้องขังให้กินฟรี ช่วงเจ็ดวันแรกที่ทำโรตีแจกเพื่อนผู้ต้องขังด้วยกัน เพื่อให้ทดลองชิม ฝ่ายเพื่อนในคุกเกิดความเกรงใจ ให้คูปองแทนเงินเพราะไม่อยากกินฟรี เล่ากี่เปลี่ยนคูปองเป็นเงินทุนและกลายเป็นคนทำโรตีประจำคุก

ผ่านจากวันเป็นเดือน จากเดือนเป็นปี เล่ากี่พัฒนาฝีมือการทำโรตีดีขึ้นตามลำดับที่พัฒนาเพราะเพื่อน ๆ ที่รับประทานไปแล้วมาบอกรสชาติของโรตีให้แก้ไข ที่เป็นเช่นนี้เพราะนักโทษจะมีอาหารรับประทานอยู่แล้วในช่วงกลางวัน ส่วนกลางคืนเวลาหิว ไม่มีมื้อกลางคืนต้องแอบกินกันตอนกลางคืน ถึงเวลานั้นโรตีแข็งจึงมีผลสะท้อนรสชาติมากมาย เล่ากี่พยายามคิดหาวิธีทำให้โรตีนุ่ม ไม่ให้แข็งตอนกลางคืน เขาคิดสูตรอยู่เป็นปีกว่าจะได้วิธีทำโรตีให้นุ่มหลายวัน เมื่อค้นพบวิธีทำให้นุ่ม คนชอบกันมาก ขนาดเก็บไว้ ๓ วัน โรตีก็ยังนุ่มอยู่ ระหว่างอยู่ในคุก เล่ากี่ขายโรตีได้เงินส่งให้ลูกเรียนจนจบปริญญาตรี

ในปี ๒๕๕๒ ศาลฎีกาตัดสินประหารชีวิตทั้งสามพี่น้อง แต่ช่วงนั้นพวกสิทธิมนุษยชนประท้วงในประเทศไทยให้ยกเลิกโทษประหารชีวิต ทางราชการจึงต้องชะลอการประหารเล่ากี่กับน้องชายไว้ก่อน เล่ากี่ และน้อง ๆ ก็ทำโรตีขายในคุกไปเรื่อย ๆ และทำความดีไถ่โทษไปด้วยจนปีต่อมาได้รับพระราชทานอภัยโทษ จากโทษประหารชีวิต ลดเหลือโทษจำคุกตลอดชีวิต

เล่ากี่ได้รับพระราชทานอภัยโทษปีต่อ ๆ มาอีกเจ็ดครั้งจนพ้นโทษ ได้ออกจากคุกมาในปี ๒๕๖๓ รวมเวลาที่ติดคุก ๒๓ ปี เมื่อออกมาแล้วเขาได้รับทุนจากกองทุนช่วยนักโทษที่กลับตัวชั้นดีมาลงทุนหุ้นส่วนของสามพี่น้อง เป็นเงิน ๓๐,๐๐๐ บาท และกู้จากกองทุนในคุกนั้นอีก ๔๐,๐๐๐ บาทมาลงทุนทำรถเข็นขายโรตี ด้วยสูตรหอมหวานนุ่มอร่อยที่ได้พัฒนาสูตรจากในคุก ทำให้ขายดิบขายดี เลยตั้งชื่อโรตีนี้ว่า “เล่ากี่โรตีบางขวาง” ชื่อนี้ติดตลาด เราต้องโฆษณาให้เขาโดยไม่คิดค่าโฆษณา เราส่งเสริมคนที่กล้ากลับจิต กลับใจ กลับกาย กลับตัว กลับหาง กลับหัวกลับชั่วให้เป็นดี

เล่ากี่ติดคุกยังสามารถหาจุดดีในคุกคือได้สูตรโรตีติดตัวมาทำโรตีขายนอกคุก นี่แหละเรียกว่าติดคุกเป็นมงคล จริงตามที่หลวงตาแพรเยื่อไม้ได้ว่าไว้ สมดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกไว้ ณ เบื้องต้นในโอกาสตรุษจีน วันแห่งเทศกาลแห่งความยินดีว่า **“อภิรติยา อาวุโส สติ”** เป็นต้น แปลความว่า **“เมื่อมีความยินดีพอใจในเรื่องใดก็เป็นอันหวังได้ว่าจะมีความสุขในเรื่องนั้น”** ดังพรรณนามาพอสมควรแก่เวลา

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และบุญกุศลทั้งปวงจงอำนวยพรให้ทุกท่านมีแต่ความสุขความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป มีความยินดีพอใจในสิ่งที่กระทำ โดยปราศจากทุกข์โศกโรคภัยอุปัทวอันตรายทั้งปวง ประสงค์จำนงหมายสิ่งใดที่เป็นไปโดยชอบประกอบด้วยธรรม ก็ขอให้พลันสำเร็จสมมโนรถมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมมาเทศนาใน**อภิรติกถา ว่าด้วยความยินดีพอใจ** พอสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

อจินตามยกถา ว่าด้วยความไม่ได้ดั่งใจ*

อจินฺติตมฺปิ ภวติ จินฺติตมฺปิ วินสฺสติ
น หิ จินฺตามยา โภคา อิตฺถิยา ปุริสสฺส วาติ.

(ขุ. ชา. ๒๘/๑๖๗)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมมาเทศนาใน**อจินตามยกถา ว่าด้วยความไม่ได้ดังใจ**เพื่อเป็นเครื่องประคับประคองฉลองศรัทธา ประดับปัญญาบารมี อนุโมทนากุศลบุญราศี ของญาติโยมพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ผู้ขวนขวายมาบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศลในวันนี้ ซึ่งเป็นวันพระใหญ่ใกล้กับวันสงกรานต์ อาจจะเรียกว่าอยู่ในช่วงเทศกาลวันสงกรานต์ หลายท่านเดินทางไปเยี่ยมญาติหรือท่องเที่ยวทำบุญทำกุศลต่างจังหวัด หลายท่านถือโอกาสอยู่บ้านหยุดเชื้อเพื่อชาติ แล้วก็ฟังพระธรรมเทศนานี้ ผ่านการถ่ายทอดสดทางสื่อออนไลน์ของวัดประยุรวงศาวาส เรียกว่าเป็นการปรับกิจกรรมให้สอดคล้องกับความเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์ ที่เคยวางแผนไว้ว่าวันสงกรานต์จะทำอะไรบ้างอาจจะต้องยกเลิกหมด ที่คิดไว้ก็ไม่ได้ดังใจ ที่ทำไปก็ไม่ได้เตรียมการ ชีวิตมีอะไรที่ไม่ได้ดังใจอยู่เรื่อย ๆ เรียกว่าความผิดหวัง เราจะจัดการกับมันได้อย่างไรเพื่อเตรียมใจรับปีใหม่แบบไทย ๆ ในช่วงสงกรานต์

สงกรานต์แปลว่าเคลื่อนหรือย้าย ปกติทุกเดือนพระอาทิตย์จะย้ายราศี คือที่อยู่บนท้องฟ้าซึ่งมี ๑๒ ราศีด้วยกัน ย้ายครั้งหนึ่งก็เปลี่ยนเดือนใหม่ คนโบราณเชื่อว่าโลกเป็นศูนย์กลางจักรวาล พระอาทิตย์ขึ้นพระอาทิตย์ตกวนรอบโลก เดือนที่พระอาทิตย์อยู่ในหมู่ดาวกุมภ์ ที่มีรูปเหมือนหม้อน้ำ กลางคืนดาวรูปเหมือนหม้อน้ำอยู่ตรงไหน พระอาทิตย์อยู่ตรงนั้นในเวลากลางวัน เขาเรียกว่าราศีกุมภ์ บนท้องฟ้าเวลากลางคืนมีดวงดาวที่เป็นรูปปลาอยู่ตรงไหน กลางวันพระอาทิตย์อยู่ตรงนั้น แสดงว่าพระอาทิตย์อยู่ในราศีมีน วันที่ ๑๓ เมษายน พระอาทิตย์ย้ายจากราศีมีนไปสู่ราศีเมษซึ่งเป็นรูปแกะบนท้องฟ้า ก็เป็นมหาสงกรานต์แปลว่าเคลื่อนย้ายครั้งใหญ่ ปกติพระอาทิตย์ย้ายราศีทุกเดือน แต่ว่าการย้ายเข้าสู่ราศีเมษ เรียกว่าย้ายครั้งใหญ่ เพราะว่าพอย้ายแล้วทำให้เปลี่ยนศักราช เปลี่ยนปีจุลศักราช เมื่อเปลี่ยนศักราช

---

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านทางโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระแรม ๑๔ ค่ำ เดือน ๕) ให้แก่ภิกษุ-สามเณร คณะอุบาสก-อุบาสิกา และสาธุชน ณ พระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๑๑ เมษายน ๒๕๖๔

เช่นนี้จึงเรียกว่า **"มหาสงกรานต์"** วันที่ ๑๕ เมษายน เป็นวันขึ้นปีใหม่ ซึ่งใช้ในประเทศอินเดีย พม่า ลังกา และไทยสมัยโบราณ อินเดียเรียกว่า **"มหาศักราช"** พม่าและไทยเรียกว่า **"จุลศักราช"** เป็นอย่างนี้มาแต่โบราณ ในประเทศแถบเอเชียอาคเนย์ ต่อมาประเทศไทยใช้ **"พุทธศักราช"** และขึ้นปีใหม่ตามคติสากลก็คือเดือนมกราคมในปัจจุบัน แต่คนไทยสมัยโบราณก็ยังถือคติมหาสงกรานต์ เป็นวันขึ้นปีใหม่ เตรียมการฉลองปีใหม่กันอย่างยิ่งใหญ่ แต่ละที่วางแผนล่วงหน้าเพื่อจัดงานสงกรานต์

วัดประยุรวงศาวาสร่วมมือกับหลายวัดและบริษัทไทยเบฟเวอเรจ จำกัด เตรียมจัดงาน Water Festival วิถีน้ำวิถีไทย จัดมาได้หลายปี และปีนี้เป็นปีที่ ๖ วางแผนจัดอย่างยิ่งใหญ่อลังการใช้บริเวณพื้นที่ในเขามอ และด้านนอกริมฝั่งแม่น้ำเจ้าพระยาเป็นพื้นที่จัดกิจกรรมทั้งหมด ได้จัดแถลงข่าวออกสื่อต่าง ๆ เกี่ยวกับการจัดงานและการเตรียมการทุกอย่าง แต่ผลสุดท้าย **สิ่งที่คิดไม่ได้ทำ สิ่งที่ทำก็ไม่ได้คิด** สิ่งที่คิดไว้ก็ไม่ได้สำเร็จตามที่คิด เพราะว่าวัดประกาศยกเลิกการจัดงานสงกรานต์ ดังที่หลายคนคิดจะไปต่างจังหวัดก็ไม่ได้ไป ต้องยกเลิกการเดินทางถนนข้าวสารในกรุงเทพฯ ยกเลิกกิจกรรมทั้งหมด เป็นต้น

นั่นแสดงว่าสิ่งที่คิดไว้ไม่เป็นไปดังที่คิด ส่วนสิ่งที่ไม่คิดกลับเกิดขึ้นแบบอีกทึกครึกโครม นั่นคือ **"โควิด ๑๙"** เมื่อวานทั่วประเทศมีคนติดเชื้อรายใหม่ ๗๘๙ คน ระลอกแรกทั้งปีที่แล้วเคยมีคนติดเชื้อในแต่ละวัน ไม่เคยสูงเท่านี้ สิ่งที่ไม่คาดคิดก็เกิดขึ้น สิ่งที่คิดไว้ก็ไม่ได้ดังใจ ข้อนี้สมดังพระบาลีนิกเขปบท ที่ยกไว้ ณ เบื้องต้นว่า **"อจินฺติตมฺปิ ภวติ จินฺติตมฺปิ วินสฺสติ" เป็นต้น แปลความว่า "สิ่งที่ไม่คิดก็กลับเป็นไปได้ สิ่งที่คิดไว้ก็มลายหายไป เพราะว่าโภคทรัพย์ทั้งหลายของหญิงหรือชาย หาได้สำเร็จด้วยความคิดไม่"** ความคิดอย่างเดียวไม่ทำให้สำเร็จได้ แต่สิ่งที่ไม่คาดคิดอาจเกิดขึ้นได้ สิ่งที่คิดไว้กลายเป็นสุญญากาศไป เช่นนี้ต้องลงมือทำอย่างไม่ย่อท้อ **"น หิ จินฺตามยา โภคา โภคทรัพย์ไม่ได้มาจากนั่งคิดฝัน"** ล้มแล้วลุกขึ้นมาใหม่ ผิดพลาดปีนี้ ฉลองสงกรานต์ไม่ได้ ปีหน้ายังมีโอกาสอีก ไม่งอมืองอเท้ายอมรับโชคชะตา ความคิดแม้จะเป็นจุดเริ่มต้น แต่ไม่ใช่จุดจบของกิจกรรม จะทำอะไรต้องคิดก่อนทำเสมอ แต่ไม่ใช่ว่าสิ่งที่คิดที่ฝันที่วางแผนไว้จะได้ดังใจเสมอไป และสิ่งที่ได้ไม่คาดคิดจะไม่เกิดขึ้น ดังนั้น เราจะต้องเตรียมตัว ปรับตัว ให้ทันสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลง

เรื่องโควิดนี้ทั่วโลกไม่เคยคาดคิดเลยว่าจะระบาดตั้งแต่ปี ๒๐๑๙ หรือปลายปี ๒๕๖๒ ระบาดรอบแรกในไทยต้นปี ๒๕๖๓ ระบาดรอบสองปลายปีเดียวกัน และระบาดรอบสามอีกในเดือนเมษายน ๒๕๖๔ ก็คงจะเป็นอย่างนี้ไปจนกว่าวัคซีนจำนวนมากจะมาถึง เพราะฉะนั้นสิ่งที่ไม่คาดคิดก็เป็นไปได้ และสิ่งที่คิดวางแผนไว้ก็ไม่เป็นไปตามที่ต้องการ เราจะนั่งดูเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเฉย ๆ โดยไม่ทำอะไรเลยไม่ได้ เพราะไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลงได้ดังใจโดยเราไม่ทำอะไรเลย ดังมีเรื่องเล่าว่า

ผู้โดยสารคนหนึ่งต้องการจะเดินทางไปงานสงกรานต์ต่างจังหวัด รถบัสคันที่เขาจะเดินทางมีตั๋วชั้นหนึ่งให้บริการ ผู้โดยสารคนนี้ควักเงินซื้อตั๋วชั้นหนึ่ง ทั้งที่คนขายตั๋วบอกว่าตั๋วชั้นหนึ่งต้องจ่ายเพิ่มมากกว่าตั๋วชั้นปกติ เขายอมจ่ายเงินเพิ่มเพื่อจะได้นั่งชั้นหนึ่ง เขาสังเกตพบว่าคนอื่น ๆ ได้ซื้อแต่ตั๋วชั้นสองหรือชั้นสาม ไม่เห็นมีใครซื้อตั๋วชั้นหนึ่งเลย

พอถึงเวลารถจะออกเดินทาง คนขับรถประกาศให้ผู้โดยสารขึ้นรถ ผู้โดยสารคนที่ถือตั๋วชั้นหนึ่ง เดินขึ้นรถเป็นคนแรกแล้วถามคนขับรถว่า “ตั๋วชั้นหนึ่งให้นั่งตรงไหน”

เขาได้รับคำตอบว่า “นั่งตรงไหนก็ได้”

เขาย้อนว่า “ทำไมพูดอย่างนั้น นี่ตั๋วชั้นหนึ่งนะ จ่ายราคาตั้งแพง”

คนขับรถบอกว่า “อยากจะนั่งตรงไหน ก็นั่งไปเถอะ นั่นแหละชั้นหนึ่ง”

ผู้โดยสารคนนั้นก็ไปนั่งหลังคนขับ คนที่ซื้อตั๋วชั้นสองขึ้นตามมาถามว่า “ชั้นสองนั่งตรงไหน”

คนขับตอบว่า “นั่งตรงไหนก็ได้ ใครมาก่อนนั่งก่อน”

คนที่ซื้อตั๋วชั้นสองก็ผิดหวังอีก พอคนที่ซื้อตั๋วชั้นสามขึ้นมาก็เหมือนเดิม คือนั่งตามใจชอบพอทุกคนนั่งกันครบ รถก็เคลื่อนออกไป ปรากฏว่าคนที่ซื้อตัวชั้นหนึ่งมีคนเดียวเท่านั้น ผู้โดยสารชั้นสองมีน้อยกว่าชั้นสามที่นั่งปะปนกันหมดเลย ไม่เห็นจะมีความแตกต่างกันตรงไหน คนซื้อตั๋วชั้นหนึ่งเกิดอารมณ์ขุ่นขึ้นในใจ ไม่พอใจ หน้าบอกบุญไม่รับ

รถวิ่งไปได้ครึ่งชั่วโมง คนขับรถเหยียบเบรกจนเสียงดังสนั่น รถหยุดกะทันหัน ผู้โดยสารต่างอกสั่นขวัญแขวน ส่งเสียงกรีดร้องด้วยความตกใจไปตาม ๆ กัน คนขับพูดผ่านเครื่องขยายเสียงว่า “ท่านผู้โดยสารทุกท่านโปรดทราบ รถไม่สามารถวิ่งต่อไปได้ ขณะนี้ยางล้อหลังมีปัญหาต้องขอเชิญผู้โดยสารช่วยกันลงไปเปลี่ยนยางล้อกันหน่อย ขอเชิญครับ ขอเชิญผู้โดยสารที่ซื้อตั๋วชั้นสามทั้งหมดลงไปเปลี่ยนยาง”

พอคนที่ซื้อตั๋วชั้นสามลงไปกันหมดแล้ว คนขับก็ประกาศอีกว่า “ขอเชิญผู้โดยสารที่ซื้อตั๋วชั้นสอง ลงไปกำกับดูแลการเปลี่ยนยางครับ”

ผู้โดยสารชั้นสองก็ลงไป เหลือแต่ผู้ซื้อตั๋วชั้นหนึ่งนั่งอยู่คนเดียว เขาถามคนขับว่า “แล้วจะให้ผมทำอะไร”

คนขับตอบว่า “ไม่ต้องทำอะไร เพราะคุณซื้อตั๋วชั้นหนึ่ง คุณนั่งเฉย ๆ นี่แหละคือสิทธิพิเศษของตั๋วชั้นหนึ่ง”

ในโลกนี้มีคนอยู่ ๓ ประเภท เหมือนผู้โดยสารของรถคันนี้ นั่นคือ ๑) คนซื้อตั๋วชั้นสามเป็นคนลงมือทำ ๒) คนซื้อตั๋วชั้นสองคอยกำกับดูแลคนที่ลงมือทำ และ ๓) คนที่ซื้อตั๋วชั้นหนึ่งไม่ทำอะไรเลย ได้แต่นั่งดูคนอื่นทำหน้าที่

เมื่อเกิดเรื่องโควิดระบาดก็มีคน ๓ ประเภทเหมือนกัน คือ



ถามว่า ท่านเป็นผู้โดยสารชั้นไหน ระหว่างชั้นหนึ่งที่นั่งดูเฉย ๆ ไม่ยุ่งกับใคร และใครอย่ามายุ่งด้วย ผู้โดยสารชั้นสองที่ช่วยบอกช่วยเตือน ช่วยแนะนำ และผู้โดยสารชั้นสามที่ลงมือทำทุกอย่างเพื่อต้านโควิด การที่จะเปลี่ยนโลกหรือทำให้โลกนี้ดีขึ้น ไม่ใช่นั่งดูเฉย ๆ หลายคนอยากอยู่สบาย แบบพวกผู้โดยสารชั้นหนึ่ง ไม่ยุ่งกับใคร คิดไปฝันไป แต่ไม่มีผลเชิงภาคปฏิบัติ **ความคิดจะมีผลต้องพูด ต้องทำเป็นแบบอย่าง** คือ ต้องลงมาเป็นผู้โดยสารชั้นสอง ผู้โดยสารชั้นสองอาจจะไม่ได้ลงมือทำเอง **"แต่สอนให้จำ ทำให้ดู อยู่ให้เห็น"**สอนคนอื่นถึงพิษภัยของโควิดเป็นอย่างไร พ่อแม่ต้องบอกลูกหลาน ปู่ย่าตายายต้องแนะนำ รัฐบาลก็ต้องให้ความจริงแก่ประชาชน พระก็ต้องเทศน์แนะนำพร่ำสอนให้ญาติโยมใช้ชีวิตอยู่อย่างผู้ไม่ประมาท ต้องสื่อสาร ต้องแนะนำตักเตือน ไม่ใช่ถือว่าธุระไม่ใช่ คนที่จะสร้างความเปลี่ยนแปลงให้กับโลกนี้ **อลัง กาตุง ลงมือทำเอง**เหมือนผู้โดยสารชั้นสาม หรือ **อลัง สังวิธาตุง จัดการให้คนอื่นทำ** เหมือนผู้โดยสารชั้นสอง ที่คอยดูแล ชี้แนะแนวทาง ดังนั้น ในโลกนี้ จึงมีคนอยู่สองประเภท คือ เป็นผู้ปฏิบัติการเอง หรือเป็นผู้บริหาร มีหน้าที่สั่งการให้คนประเภทแรกทำงาน

เพราะฉะนั้น**ในสถานการณ์ที่โควิด ๑๙ ระบาด อย่าทำเป็นว่าอยู่บนหอคอยงาช้าง หรือหลบอยู่ในถ้ำคนเดียวไม่ยุ่งกับใคร ในที่สุดก็อยู่ไม่ได้ เราจะต้องออกมาแสดงความคิดเห็น แนะนำตักเตือน พระสงฆ์จะจำวัดอยู่แต่ในวัดไม่ได้ ต้องถือเป็นภารธุระในการแนะนำสั่งสอน**

ญาติโยมให้ไม่ประมาท คนทั่วไปก็อย่าเอาแต่ตำหนิกัน เมื่อเกิดเรื่องแล้วต้องรับผิดชอบร่วมกัน อย่าไปบอกว่าที่ระบาดรอบนี้เพราะกลุ่มนั้นกลุ่มนี้ อย่าเอาแต่นึกว่าโควิดกลับมาระบาดระลอกสองที่สมุทรสาครไม่เกี่ยวกับเรา ตอนนี้ระบาดในพวกเล่นการพนัน ไม่เกี่ยวกับเรา ตอนนี้ระบาดในสถานบันเทิง ไม่เกี่ยวกับเรา ตอนนี้ระบาดไปทั่วประเทศแล้ว จะไม่เกี่ยวกับเราได้อย่างไร

การนั่งอยู่บนหอคอยงาช้างแล้วบอกว่าไม่เกี่ยวกับนั้นเป็นไปไม่ได้ เราต้องใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ รักษาระยะห่างทางสังคม ถ้าคนใกล้ชิดไม่ใส่หน้ากากอนามัย ไม่ล้างมือ เป็นต้น ก็ต้องตักเตือนกัน มิฉะนั้นก็จะระบาดมาถึงตัวเรา ถึงญาติใกล้ชิดในบ้าน เราต้องทำเองด้วย แนะนำให้คนอื่นทำด้วย ถึงจะอยู่รอดกันทั้งประเทศ ถ้าเราถือว่าธุระไม่ใช่ ความหายนะอาจจะตามมาเหมือนเรื่อง **“กับดักหนู”**

หนูตัวหนึ่งอาศัยอยู่ในบ้านของชาวนา วันหนึ่งหนูแอบมองลอดช่องเข้าไปในบ้านเห็นเจ้าของบ้านกับภรรยาได้หิ้วกล่องมาใบหนึ่ง เปิดกล่องในบ้าน หนูแอบดูนึกกระหยิ่มยิ้มย่อง ว่าเป็นกล่องอาหาร จะได้กินอร่อยในคืนนี้ แต่ที่ไหนได้ สิ่งที่อยู่ในกล่อง**เป็นกับดักหนู**ที่ซื้อมาใหม่ ๆ เพื่อจับหนูโดยเฉพาะ

ครั้นเห็นอย่างนั้น หนูตกใจสุดขีด ขนหัวลุกตั้งชัน พลางนึกในใจว่า “อันตรายสำหรับชีวิตหนูมาถึงแล้ว เราอยู่หากินในบ้านนี้มานานไม่เคยมีอันตรายเลย ตอนนี้ภัยใหญ่หลวงคุกคามแล้ว”

หนูจึงไปหาพันธมิตรคือแม่ไก่ ซึ่งพาลูกไก่กินอาหารอยู่ หนูกล่าวว่า “แม่ไก่ บ้านเรามีกับดักหนู ช่วยคิดหาทางช่วยหนูหน่อย”

แม่ไก่กล่าวอย่างไม่แยแสว่า “นั่นเป็นปัญหาของหนู กับดักหนู ไม่เกี่ยวกับไก่”

หนูไปบอกหมูในเล้าว่า “พี่หมู ในบ้านเรามีกับดักหนู ช่วยไปบอกใครก็ได้ให้ช่วยกันมาประท้วง”

หมูก็บอกว่า “ไม่เกี่ยวกับหมูนะ” หมูก็ไม่สนใจอีก

หนูไปบอกวัวว่า “พี่วัว บ้านเรามีกับดักหนูแล้ว มันอันตรายมาก ปล่อยไว้ไม่ได้”

วัวก็บอกว่า “นั่นมันดักหนูนะ ไม่ใช่กับดักวัว ไม่ใช่เรื่องของวัว”

หนูก็บอกว่า “ถ้าพวกเราต่างคนต่างอยู่นี้ มันจะเหมือนกับที่ภาษาวัยรุ่นเขาบอกว่า ร จ ต ก ม”

วัวถามว่า “แปลว่าอะไร”

หนูตอบทันทีว่า “ร จ ต ก ม เราจะตายกันหมด ถ้าหากว่า เราทำนิ่งดูดาย เราจะพากันตายหมด”

วัวบอกว่า “วัวไม่ตาย เพราะวัวอยู่ในคอก หนูนั่นแหละจะตาย”

หนูกระสับกระส่ายกระวนกระวายใจยิ่งนัก นอนอยู่ตัวเดียวในโพรงไม่กล้าออกไปไหนเลย เพราะว่า เจ้าของบ้านนำกับดักหนูไปวางดักไว้ในครัว กะจะฆ่าหนูให้ตายแดดิ้น กลางดึกของคืนนั้นนั่นเอง กับดักหนูที่เหยื่อไปโดนเข้าทำเสียงดังสนั่นก็กก้องยามราตรี ทำให้รู้ว่ามีสัตว์ผ่านไปแล้วก็ติดกับดักหนูเข้า ภรรยาของชาวนานอนฟังอยู่ พอได้ยินเสียงกับดักหนูดังลั่นเข้าเท่านั้น รีบลุกขึ้นโดยเร็ว ไม่ทันได้หยิบไฟฉายไปด้วย เดินเข้าไปในครัวที่มืดมิด ไม่มีแสงใดลอดผ่านให้เห็นได้เลย แต่ก็รู้จุดที่วางกับดักทิ้งไว้ พอเข้าไปตรงจุดนั้นเท่านั้น ก็เอื้อมมือไปคลำกับดักหนูนั้น ทันทีที่ยื่นมือไปโดนกับดักหนูเข้าเท่านั้น ก็ต้องร้องออกมาด้วยความเจ็บปวดสุดขีด เพราะสิ่งที่มือไปโดนคือเขี้ยวอันแหลมคมของงูพิษที่เลื้อยมาแย่งกินอาหารหนู จึงโดนกับดักหนูสับเข้าที่หางอย่างจัง

ภรรยาของชาวนานึกว่าเป็นหนูใช้มือคลำดูในความมืด โดนอสรพิษร้ายกัดร้องลั่นบ้าน เสียงดังทำให้คนตื่นกันทั้งบ้าน สามีจึงรีบนำเธอไปส่งโรงพยาบาล พอถึงโรงพยาบาลหมอก็รักษาอย่างสมัยโบราณ รักษาไข้ตามอาการ เพียงให้รับประทานยาสมุนไพรแก้ปวด ทำอะไรไม่ได้มากกว่านั้น ต้องพากลับมารักษาตัวที่บ้าน

ก่อนกลับบ้านหมอบอกว่า “สิ่งที่ต้องทำคือบำรุงกำลังคนไข้ด้วยซุปไก่”

พอชาวนาถึงบ้านก็ลงไปที่เล้าไก่ จับแม่ไก่เชือดทำซุปไก่ ตอนนี้ไก่ที่เคยบอกว่า “กับดักหนูไม่เกี่ยวกับไก่” ที่ไหนได้ **“ไก่ตายแล้ว”** เพราะเขานำไปทำซุปไก่

อยู่ต่อมา พวกญาติพากันมาเยี่ยมภรรยาที่ยังป่วยนอนซมด้วยพิษงู เมื่อญาติมากันหลายคน ต้องมีการเลี้ยงอาหารคนที่มาเยี่ยมไข้ จำเป็นต้องเชือดหมูทำเป็นอาหารเลี้ยงญาติที่มาเยี่ยมไข้ ชาวนาจัดการฆ่าหมู **นี่เป็นเหตุให้หมูต้องตาย**

รักษาอาการอยู่ไม่นาน ภรรยาชาวนาทนไม่ไหว พิษวิ่งเข้าสู่หัวใจ สิ้นใจตาย สามีจัดงานศพ มีคนมาร่วมงานศพกันทั้งหมู่บ้าน ชาวนาจำเป็นต้องฆ่าวัวทำเป็นอาหารเลี้ยงคนมาร่วมงานศพ สุดท้าย **“วัวก็ตาย”**

กับดักหนูอันเดียวทำให้สัตว์ในบ้านต้องตาย เพราะเหตุว่าสัตว์แต่ละตัวถือว่าธุระไม่ใช่ โควิดก็เหมือนกับดักหนูนั่นแหละ ถ้าแต่ละคนถือว่าโควิดยังอยู่ไกล ไม่เกี่ยวกับตนเองแล้วนั่งอยู่บนหอคอยงาช้างก็จะพากันตายหมด ตอนนี้เชื้อโรคแพร่ขยายกันใหญ่ จะบอกว่าระบาดอยู่เฉพาะแค่สถานบันเทิง ไม่เกี่ยวกับวัดแล้วไม่ไปทำอะไรเลย อย่างนี้คงไม่ได้

เมื่อโควิดเฉียดกรายเข้ามาแล้ว ก็ต้องปิดและล้างสถานที่ คนที่ติดเชื้อต้องทำไทม์ไลน์แสดงว่าไปไหนมาบ้าง คนที่สัมผัสใกล้ชิดผู้ป่วยต้องกักตัว ๑๔ วัน และต้องไปตรวจโควิด ถ้าอ้างว่าไม่เกี่ยวกับเราเชื้อก็จะแพร่ไปทั่วแล้วเราจะตายกันหมด ฉะนั้นต้องเตือนกันไว้ว่า วัดเป็นสถานที่สาธารณะก็ต้องดูแลวัดของตนเองให้ดี เจ้าของร้านอาหารก็ต้องดูแลร้านอาหาร

ของตนเองให้ดี โรงแรมที่พักก็เหมือนกันหมด ถ้าแต่ละคนบอกว่าธุระไม่ใช่ก็จะเป็นเหมือนเรื่องกับดักหนู คือเราจะกันตายหมด อันนี้กล่าวในฝ่ายที่ว่า **"อจินฺติตมฺปิ ภวติ สิ่งที่ไม่คิดก็มีขึ้นได้ จินฺติตมฺปิ วินสฺสติ สิ่งที่คิดไว้ก็มลายหายไปได้"**

ต่อไปนี้จะขยายความพระบาลีที่เหลือว่า **"น หิ จินฺตามยา โภคา โภคทรัพย์ทั้งหลายหาสำเร็จได้ด้วยความคิดไม่"** ต่อให้โควิดระบาดขนาดนี้ เราก็ต้องไม่งอมืองอเท้า ต้องทำหน้าที่สองอย่าง คือ ๑. ทำเอง ๒. จัดการให้คนอื่นทำ ต่อให้มีโควิดระบาด เราก็ต้องทำมาหารับประทาน ต่อให้มีโควิดระบาด พระสงฆ์ก็ต้องเทศน์ต้องสอน ไม่ได้ทำเองก็ต้องเตือนสติให้คนอย่าประมาท ให้ลุกขึ้นมาต่อสู้ชีวิตต่อไป นี่ก็เป็นหน้าที่ของผู้ที่จัดการให้คนอื่นทำ

วันนี้เราอาจจะฝันถึงความมั่งคั่งแห่งโภคทรัพย์หลังโควิดผ่านไป แต่ความฝันกลางวันหรือฝันเฟื่องไม่ได้ทำให้คนมั่งคั่ง เราต้องแปลความฝันไปสู่การปฏิบัติ บางคนเอาแต่ฝัน เรียกว่า **"กลางคืนบังหวนควัน กลางวันไม่ลุกเป็นไฟ"** นั่นคือ บางคนกลางคืนนอนวางแผน แต่พอถึงกลางวันก็ยังควันโขมงคือวางแผนทั้งวันเหมือนฟืนไม่ติดไฟ อย่างนี้เสียเวลา **"กลางคืนบังหวนควัน"** คือ คิดวางแผน **"กลางวันให้ลุกเป็นไฟ"** คือลงมือปฏิบัติตามแผน ก็จะสำเร็จตามความคิด การงานก็จะสำเร็จได้ อย่าคิดอย่างเดียวเพราะว่าเพียงความคิดไม่ทำให้สำเร็จได้ดังใจ ต้องลงมือทำตามความคิดด้วย

บางคนคิดฝันและรอเวลาตั้ง ๓๐ ปีกว่าจะทำสำเร็จตามความฝันกลายเป็นมหาเศรษฐีของโลก ความสำเร็จของเขามาพร้อมกับสถานการณ์วิกฤตโควิด ก่อนโควิดชายผู้นี้ยังไม่มีเงินทองมากนัก แต่พอเกิดโควิดขึ้นมาตั้งแต่ปีที่แล้วมาปีนี้ ชายผู้นี้มีรายได้เป็นแสนล้านบาท ถามว่าทำอาชีพอะไรถึงร่ำรวยมากในช่วงโควิด ตอบว่าเขาทำสิ่งที่คนทั่วโลกต้องการในยามโควิด คือเทคโนโลยีช่วยการทำงานจากที่บ้าน (Work from Home) ให้เรียนจากที่บ้าน ประชุมจากที่บ้านไม่ต้องพบปะหน้ากัน แม้แต่การหาเสียงประธานาธิบดีสหรัฐที่ผ่านมา ก็หาเสียงอยู่ในห้องทำงานแล้วถ่ายทอดไปทั่วประเทศอเมริกาผ่านเครือข่ายวิดีโอคอนเฟอร์เรนซ์

ขณะที่กำลังเทศน์ตอนนี้ก็มีถ่ายทอดสดผ่านสื่อออนไลน์ พระพูดอยู่คนเดียว ไม่ใช่การสัมมนา ถ้าเป็นการสัมมนาในจอภาพจะมีหน้าถึง ๑๐๐ คน หรือมากกว่า ผู้ร่วมรายการพูดถามตอบกันไปมาได้ เรียกว่าการสัมมนาผ่านวีดิทัศน์ ไม่เหมือนกับถ่ายทอดผ่านกล้องตัวเดียว แต่เป็นการถ่ายทอดผ่านกล้องหลายตัวทั่วโลก มีคนเกี่ยวข้องหลายคนด้วยการใช้โปรแกรมซูม (Zoom) เหมือนกับที่ครูสอนจากโรงเรียนไม่ได้สอนฝ่ายเดียว นักเรียนก็ต้องให้ครูเห็นหน้าด้วยเพื่อเช็คดูว่าแอบนอนหลับหรือเปล่า เพราะฉะนั้นครูมองจอภาพจะเห็นนักเรียนทุกคน จึงใช้โปรแกรมที่เหมือนอยู่ห้องประชุมเดียวกันเรียกว่าซูม ผู้ก่อตั้งบริษัท ซูม วิดีโอ คอมมูนิเคชั่น จึงร่ำรวยมากเลยตอนนี้

อาตมภาพประชุมกับผู้นำศาสนาทั่วโลกเรื่องภาวะโลกร้อน เพื่อเตรียมประชุมใหญ่ Conference of the Parties (COP26) ครั้งที่ ๒๖ ที่จะจัดขึ้นที่อังกฤษปลายปีนี้ การประชุมกับคนทั่วโลกต้องอาศัยโปรแกรมซูม

และเมื่อเร็ว ๆ นี้ อาตมภาพจัดเตรียมประชุมแปลพระไตรปิฎกเป็นภาษาอังกฤษ อาตมภาพเป็นประธานเปิดประชุมจากไทย คนดำเนินรายการอยู่สเปน เราประชุมกับนักปราชญ์ทั่วโลก ใช้เวลาประชุมวันละ ๔ ชั่วโมง เป็นเวลา ๒ วัน เราประชุมกันด้วยโปรแกรมซูม

การเรียนการสอนทางไกลทั่วโลกก็ใช้ซูมกันเป็นส่วนมากในช่วงโควิด เจ้าของบริษัท ซูม วิดีโอ คอมมูนิเคชั่นผู้สร้างโปรแกรมซูมทำกำไรมหาศาล เขามีกำไรเพิ่มขึ้นจากต้นปีที่แล้วจนถึงปีนี้ ๓๖๐ เปอร์เซ็นต์ เพราะวิกฤตโควิด มีรายได้รวมหนึ่งหมื่นหกพันล้านเหรียญสหรัฐฯ คิดเป็นเงินไทยเท่ากับสี่แสนห้าหมื่นล้านบาท

คนผู้นี้เป็นคนจีน ปัจจุบันอาศัยอยู่ที่แคลิฟอร์เนีย สหรัฐอเมริกา อายุ ๕๐ ปี ชื่อว่า "หยวน" ตั้งชื่อเป็นฝรั่งว่า "อีริค" เป็นคนจีนโดยกำเนิด เกิดที่เมืองชานตุง ในประเทศจีน เรียนอยู่ที่ประเทศจีน จบการศึกษาระดับปริญญาโทด้านวิศวกรรมที่กรุงปักกิ่ง ตอนที่เรียนหนังสืออยู่นั้น หยวนมีความฝัน คือ ขณะที่กำลังเรียนปริญญาตรีปีหนึ่ง เขาได้จุดประกายความฝันจากการที่ตนเองมีแฟนสาวที่อยู่อีกเมืองหนึ่ง ซึ่งปกติ หยวนจะนั่งรถไฟไปหาแฟนสาวต่างเมือง โดยใช้เวลานั่งรถไฟถึง ๑๐ ชั่วโมง ช่วงเวลาที่นั่งรถไฟไปนั้น ก็นั่งบ่นในใจว่า "ทำไมมันนานเหลือเกิน ไม่มีอะไรที่ทำให้ได้เห็นหน้ากันให้หายคิดถึงในชั่วลัดนิ้วมือเดียวเลยเหรอ อย่างมากก็แค่โทรศัพท์หากัน ไม่เห็นหน้ากัน" เหตุการณ์นี้เกิดขึ้นเมื่อประมาณปี ๒๕๓๐ ตอนนั้น เขาคิดว่าเป็นไปได้ไหมที่จะมีวิธีที่พูดคุยกันแบบเห็นหน้ากันไปด้วย เพียงกดปุ่มเดียว ถ้าทำได้คงจะดี แต่ก็เป็นไปไม่ได้ สมัยโน้นยังไม่มีอินเทอร์เน็ต ก็ได้แต่โทรศัพท์คุยกัน เมื่อโทรศัพท์ไม่จุใจ จึงนั่งรถไฟถึง ๑๐ ชั่วโมง ไปหากัน นี่คือจุดเริ่มต้นของความฝันว่าอยากจะทำอะไรสักอย่างที่ทำให้คนอยู่ไกลกัน ได้เห็นหน้ากัน และได้ฟังเสียงกัน

ต่อมาเขาจบการศึกษาปริญญาโทที่ปักกิ่งแล้วไปฝึกงานที่ญี่ปุ่น ๔ เดือน ช่วงฝึกงานอยู่ที่ญี่ปุ่นนั้นเองมีคนเก่งคนหนึ่งของโลกบินไปญี่ปุ่นได้ขึ้นกล่าวปาฐกถา หยวนได้เข้าไปฟังด้วย แต่ปาฐกถาแสดงเป็นภาษาอังกฤษ หยวนจึงอาศัยฟังจากการแปล คนที่แสดงปาฐกถาวันนั้นชื่อ บิล เกตส์ เจ้าของบริษัทไมโครซอฟท์ ซึ่งต่อมาเป็นมหาเศรษฐีอันดับหนึ่งของโลกติดต่อกันกว่า ๑๐ ปี ในปี ๒๕๖๔ นี้ จัดเป็นมหาเศรษฐีอันดับ ๔ ของโลก

บิล เกตส์ พูดว่า "เรากำลังจะมีเทคโนโลยีสมัยใหม่ ให้คนอยู่ไกลกันติดต่อถึงกันได้ ชื่อ **อินเทอร์เน็ต**" เขาพูดเรื่องนี้ที่ญี่ปุ่นปี ๒๕๓๗ เมื่อ ๒๐ กว่าปีมาแล้วว่าโลกจะมีอินเทอร์เน็ต

และโปรแกรมของไมโครซอฟท์จะมีให้ใช้อินเทอร์เน็ตได้ เป็นอินเทอร์เน็ตเอกซ์พลอเรอร์ (Internet Explorer) โดยมีชื่อย่อว่า ไออี (IE) ในประเทศจีนไม่เคยรู้จักอินเทอร์เน็ตในตอนนั้น เพราะฉะนั้น **"หยวน"** ตื่นเต้นมากพอรู้ว่าอินเทอร์เน็ตสามารถทำอะไรได้ อยากจะใช้อินเทอร์เน็ตที่เมืองจีนยังไม่มี เขาสืบค้นเสาะหาที่มาจึงรู้ว่าจะใช้อินเทอร์เน็ตต้องไปที่ **"ซิลิคอนวัลเลย์"** ชื่อเรียกของพื้นที่ทางตอนใต้ของพื้นที่อ่าวซานฟรานซิสโก หรือเรียกอีกอย่างว่า **"หุบเขาคอมพิวเตอร์"** ที่นักคอมพิวเตอร์ทั่วโลกรวมงานกันทำอยู่ ที่นี่ได้สมญาว่า **"ดินแดนอันเป็นสรวงสวรรค์ของวงการเทคโนโลยีและสตาร์ทอัพในระดับโลก"**

หยวนฝันอยากจะไปซานฟานซิสโกแล้วทำงานเกี่ยวกับอินเทอร์เน็ต เพื่อให้การประชุมทางไกลแบบมองเห็นหน้ากันตามที่เขาเคยฝันไว้ตอนที่นั่งรถไฟ ๑๐ ชั่วโมงสมัยเป็นนักศึกษาปริญญาโท แต่แค่ความฝันอย่างเดียวไม่มีทางเป็นจริง **"น หิ จินฺตามยา โภคา โภคทรัพย์ทั้งหลาย หาได้สำเร็จด้วยความคิดอย่างเดียวไม่"** หยวนจึงไปขอวีซ่าที่สถานทูตอเมริกันในปี ๒๕๓๘ ไปครั้งที่หนึ่งถูกรีเจ็กต์ถูกปฏิเสธ เพราะเขาพูดภาษาอังกฤษไม่ได้ ตั้งแต่นั้นเขาพยายามเรียนภาษาอังกฤษเพิ่มเติม ไปขอวีซ่าครั้งที่สอง ก็ถูกปฏิเสธอีก ครั้งที่สาม ครั้งที่สี่ ครั้งที่ห้า ครั้งที่หก ครั้งที่เจ็ด ครั้งที่แปด ถูกปฏิเสธทุกครั้ง เพราะว่าภาษาอังกฤษใช้ไม่ได้ จึงต้องเรียนภาษาอังกฤษเพิ่มขึ้นอีก ๒ ปี

เขาไปขอวีซ่าเป็นครั้งที่เก้า ครั้งนี้ทำได้สำเร็จ เขาได้วีซ่าเข้าอเมริกา บินไปซานฟานซิสโก ไปทำงานกับบริษัทเล็ก ๆ มีคนงานแค่ ๑๒ คน เป็นบริษัทตั้งขึ้นใหม่ เพื่อจัดการประชุมทางไกลชื่อว่าบริษัทเว็บเอ็กซ์ พอบริษัทนี้เติบโต เจ้าของขายกิจการให้บริษัท ซิสโก้ ซิสเต็ม เขาจึงได้เป็นผู้บริหารในบริษัทโดยเป็นรองประธานด้านวิศวกรรมของบริษัท

สิบปีต่อมา **หยวน**เกิดมีไอเดียคือความคิดว่า "ถ้าจะให้ดีต้องจัดการประชุมทางวิดีโอคอนเฟอร์เรนซ์ ด้วยโปรแกรมที่เคยฝันไว้" แนวคิดของโปรแกรมนี้มีอยู่ว่า "ผู้เข้าประชุมอยู่กันคนละที่ สามารถประชุมแบบเห็นหน้ากันได้" เขาจึงนำกระบวนการขั้นตอนต่าง ๆ เสนอบริษัทแต่ก็ถูกปฏิเสธ ไม่ยอมรับ

ดังนั้นเพื่อตามความฝันนี้ **หยวน**แม้จะเป็นถึงรองประธานบริษัทแล้วก็ตาม ได้ตัดสินใจลาออกจากบริษัท พร้อมกับชักชวนเพื่อน ๆ ที่อยู่ในบริษัทลาออกไปด้วยกันถึง ๔๐ คน ล้วนเป็นวิศวกรด้วยกันทั้งหมด ไปจัดตั้งบริษัท **"ซูม วิดีโอ คอมมูนิเคชั่น"** เป็นบริษัทสัมมนาทางวิดีโอชื่อว่า **"ซูม"** ในปี ๒๕๕๕ ตอนแรกบริษัทถึงกับล้มลุกคลุกคลาน ต้องหาลูกค้าตามมหาวิทยาลัยที่เรียนทางไกล บริษัทเติบโตมากเมื่อเกิดโควิด ๑๙ ปีที่แล้ว ภายในระยะปีเดียวบริษัททำรายได้ถึงหนึ่งหมื่นหกพันล้านเหรียญสหรัฐ คิดเป็นเงินไทยได้ ๔๕๐,๐๐๐ ล้านบาท จากคนที่เร่ร่อนไปที่ญี่ปุ่น ไปทำตามความฝันไปที่ **"ซิลิคอนวัลเลย์"** ซานฟรานซิสโก เขาเริ่มต้นจากไม่มีอะไรเลยเหมือน

คนจีนที่มีเสื่อผืนหมอนใบอพยพมาประเทศไทย ในที่สุด หยวนกลายเป็นมหาเศรษฐีของโลก เพราะเกิดวิกฤตโควิดระบาดขึ้นมา

เพราะฉะนั้น **เปลี่ยนวิกฤตโควิดให้เป็นโอกาส เปลี่ยนพินาศให้เป็นพัฒนา เปลี่ยนปัญหาให้เป็นบทเรียน** อย่างงอมืองอเท้า อย่ายอมจำนน เมื่อโควิดทำให้จัดงานสงกรานต์ปกติไม่ได้ ก็จัดเท่าที่จัดได้ เทศน์ผ่านสื่อออนไลน์เตือนสติสังคมไทยว่า อย่าถือว่าธุระไม่ใช่ เพราะโควิดยังอยู่ไกลนอกประตูบ้าน ให้นึกถึงเรื่องกับดักหนูไว้ กับดักหนูไม่เกี่ยวกับไก่ ไม่เกี่ยวกับหมู ไม่เกี่ยวกับวัว แต่กับดักหนู คือ โควิด ที่ทำให้ไก่ ให้หมู ให้วัว ตายหมด

นิทานเรื่องนี้สอนใจว่า สังคมไทยอย่านิ่งนอนใจ กับดักหนูที่เข้ามาเล็ก ๆ ทำให้ไก่ตาย ตอนนี้คนติดเชื้อโควิดตายกันเกือบ ๑๐๐ คนแล้ว เข้าโรงพยาบาล ไม่มีที่จะรักษา ต้องไปตั้งโรงพยาบาลสนาม เป็นสถานที่รักษาอาการชั่วคราว ไม่มีห้องไอซียู ไม่มีเครื่องช่วยหายใจ (Ventilator) มีพนักงานทางการแพทย์ดูแลบ้าง อย่าให้ถึงกับหมูตาย ถ้าวัวตายก็คือจบเลย ทางการแพทย์จึงออกมาเตือนว่า ถ้าสงกรานต์นี้ไม่ระวัง จะมีคนติดเชื้อเพิ่มขึ้นเป็น ๑๐๐,๐๐๐ คน ถึงตอนนั้น **"หมูจะตาย"** เพราะฉะนั้นต้องระวัง อย่าประมาท

เรื่องทำมาหากิน ก็อย่าได้หมดกำลังใจเพราะต้องเจอโควิดระบาด **"โภคทรัพย์ไม่ได้มาด้วยความคิด"** เมื่อต้องทำธุรกิจให้ใส่หน้ากาก ล้างมือ รักษาระยะห่างทางสังคม อย่าโลภมาก ทางรัฐออกระเบียบการเปิดห้างรับลูกค้า อย่าปล่อยให้เข้ามาจนเต็ม เหมือนสถานบันเทิงที่ทำไปแล้ว ในที่สุดต้องถูกสั่งปิดทั่วประเทศ โลภมากลาภหาย ต้องช่วยกันดูแล แม้ไม่สำเร็จทันทีเพียงแต่ว่าฝัน ต้องทำตามขั้นตอนทุกอย่างทุกประการ ทางรัฐมีคำสั่งอะไรออกมาต้องปฏิบัติรักษากติกา อย่าเอาแต่ใจตัวเอง อย่าโลภมาก รักสนุกแต่จะทุกข์ถนัด

รวมไปถึงผู้ที่ฉีดวัคซีนโควิด ก็อย่าประมาท เพราะวัคซีนจะได้ผล ต้องฉีด ๖๐ - ๗๐ เปอร์เซ็นต์ของพลเมืองในประเทศ ปัจจุบันฉีดไปยังไม่ได้ ๑,๐๐๐,๐๐๐ คนเลย จึงป้องกันอะไรไม่ได้ เมื่อประชาชน ๖๐ เปอร์เซ็นต์ขึ้นไปฉีดวัคซีนแล้วจึงจะเกิดภูมิคุ้มกันหมู่ (Herd Immunity) วัคซีนที่มีตอนนี้ยังไม่พอ ที่รัฐบาลสั่งไว้จะใช้ได้จริงประมาณเดือนมิถุนายน ตอนนี้วัคซีนที่มาแล้วคือซิโนแวคของจีน และแอสตร้าเซนเนก้าของอังกฤษ ล็อตแรกที่ผลิตในประเทศไทยเสร็จแล้วต้องส่งไปให้บริษัทแม่ประเมินคุณภาพอยู่ เมื่อผ่านการประเมินจึงจะเริ่มฉีดได้ในเดือนมิถุนายน แต่มีเพียงแค่ฉีดได้ ๒๓ ล้านคนเท่านั้น ต้องสั่งเพิ่มอีก

แม้จะสั่งเพิ่มวัคซีนแล้ว เมื่อถึงตอนนี้จะฉีดได้ ๓๐ ล้านคน ประชากรครึ่งประเทศ ยังไม่พอ รัฐบาลจึงเปิดให้เอกชนช่วยกันสั่งซื้อวัคซีนเข้ามา แต่ทว่าเอกชนกว่าจะสั่งได้ต้องรอคิว เพราะหลายประเทศสั่งจองไปก่อนล่วงหน้า จะได้วัคซีนประมาณปลายปี รวมวัคซีนทั้งของรัฐบาล

และเอกชนฉีดได้ ๔๐ ล้านคน คงเหลือประชากรอีก ๒๗ ล้านคน ที่ยังไม่ได้ฉีด ถึงตอนนั้นถือว่าคงได้ระบบภูมิคุ้มกันหมู่

ภูมิคุ้มกันหมู่ (Herd Immunity) เป็นเหมือนฝูงวัวกระทิงที่มีลูกน้อยอาศัยอยู่ด้วย สิงโตจ้องจะขย้ำกินลูกน้อย ฝูงวัวกระทิงจะหันหลังสู้ โดยให้ลูกน้อยอยู่ตรงกลางวง ล้อมลูกน้อยไว้และคอยสู้กับสิงโต ป้องกันอย่างที่สุดชีวิต สิงโตจะขย้ำกินลูกน้อยไม่ได้ เพราะมีฝูงวัวกระทิงยืนประจันหน้าสิงโตคอยคุ้มกันอยู่

ครอบครัวหนึ่งถ้ามีสมาชิก ๕ คน ถ้าฉีดวัคซีนไปแล้ว ๔ คน ทั้ง ๔ คนจะมีภูมิคุ้มกันให้กับอีก ๑ คน ที่ไม่ได้ฉีด เขาก็เลยได้รับการคุ้มกันไปด้วย ถ้าคนไทย ๔๐ ล้านคนได้รับการฉีดวัคซีน คนอีก ๒๗ ล้านคนที่ไม่ได้ฉีดวัคซีนก็จะได้รับการคุ้มกัน เพราะฉะนั้นจะต้องฉีดให้ได้ประมาณ ๔๐ ล้านคน

ในวัดก็เหมือนกันอย่าได้ประมาท ผู้ที่ฉีดวัคซีนแล้วก็เป็นพาหะนำเชื้อไปติดคนอื่นได้ คนฉีดวัคซีนแล้วติดเชื้อโควิดได้แต่ไม่ถึงกับตาย ไม่ถึงกับเข้าห้องไอซียู แต่เขาเป็นพาหะทำให้คนอื่นติดเชื้อได้ เพราะฉะนั้นทุกคนจะต้องใส่หน้ากาก ล้างมือ รักษาระยะห่างทางสังคม มิฉะนั้นจะพาให้คนอื่นติดเชื้อไปด้วย ต้องช่วยกันระวัง ดังที่พระเทศน์สอนให้เกิดความไม่ประมาทตามนัยแห่งพระบาลีที่ว่า **"ปมาโท มจฺจุโน ปทํ ความประมาทเป็นหนทางแห่งความตาย"** ถ้าไม่อยากให้ไก่ตาย หมูตาย วัวตาย ก็ต้องเตือนสติกัน และถ้าไม่อยากอดตาย ก็จะต้องตั้งใจทำงานไม่ใช่งอมืองอเท้า เพราะว่า **"น หิ จินฺตามยา โภคา โภคทรัพย์ทั้งหลาย หาได้สำเร็จด้วยความคิดอย่างเดียวไม่"** ให้ทำเหมือนกับอีริค หยวนที่ได้ดีเพราะโควิด คือมีโปรแกรมซูมให้คนทั้งโลกได้ใช้ และมีรายได้มาจากวิกฤตการณ์ เปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาส เปลี่ยนพินาศให้เป็นพัฒนา เปลี่ยนปัญหาให้เป็นบทเรียน ดังพรรณนา พอสมควรแก่เวลา

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดลงแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และบุญกุศลทั้งปวง โดยเฉพาะบารมีธรรมแห่งหลวงพ่อพระพุทธธรรมวิเชษฐศาสดาในพระอุโบสถ หลวงพ่อพระพุทธนาคอันศักดิ์สิทธิ์ในพระวิหาร พระบรมสารีริกธาตุบนพระบรมธาตุมหาเจดีย์ ของจงมารวมกันเป็นตบะ เป็นเดชะ เป็นพลวปัจจัย อำนวยพรให้ท่านทั้งหลาย จงประสบแต่ความสุขความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นในร่มธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แคล้วคลาดปลอดภัยจากโรคร้ายทั้งปวงโดยเฉพาะภัยจากไวรัสโควิด ๑๙ ประสงค์จำนงหมายสิ่งใด จงพลันสำเร็จ สมมโนรถมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนาใน**อจินตามยกถา ว่าด้วยความไม่ได้ดังใจ** พอสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

ปฏิกัจจกรณกถา ว่าด้วยการจัดลำดับความสำคัญ*

ปฏิกจฺเจว ตํ กยิรา ยํ ชญฺญา หิตมตฺตโนติ
(สํ. ส. ๑๕/๘๑)

ณ บัดนี้จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนาในปฏิกัจจกรณกถา ว่าด้วยการจัดลำดับความสำคัญ เพื่อเป็นเครื่องประดับประคองฉลองศรัทธาประดับปัญญาบารมีอนุโมทนากุศลบุญราศีของท่านพุทธศาสนิกชนทั้งหลายผู้ตั้งใจบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศลด้วยประการต่าง ๆ โดยเฉพาะด้วยการฟังพระธรรมเทศนา เป็นธัมมัสสวนมัย เนื่องในวันนี้เป็นวันพระเรามีนัดฟังธรรมผ่านสื่อสังคมออนไลน์ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด ๑๙

ตามปกติแล้ววัดประยุรวงศาวาสจะเปิดพระอุโบสถให้ญาติโยมได้มาร่วมกันสวดมนต์ถวายทาน รักษาศีล และฟังพระธรรมเทศนา แต่ว่าในวันนี้ไม่มีใครเข้ามาในพระอุโบสถนี้มีแต่อาตมภาพที่นั่งเทศน์ผ่านสื่อออนไลน์ถ่ายทอดสดให้สาธุชนทั้งหลายรับฟังอยู่ ณ สถานที่ต่าง ๆ

การจัดแสดงธรรมอย่างนี้ถือเป็นการรักษาประเพณีการแสดงพระธรรมเทศนาทุกวันพระของวัดประยุรวงศาวาส ประเพณีก็ต้องรักษา สุขภาพของผู้ฟังก็ต้องรักษา แม้การเจริญพระพุทธมนต์รตนสูตรในบ่ายวันนี้ก็ต้องปฏิบัติตามกติกาการป้องกันการระบาดของเชื้อไวรัสโควิด ๑๙ ซึ่งมีการถ่ายทอดให้สาธุชนร่วมรับฟังหรือสวดไปด้วยกันที่บ้าน เพื่อป้องกันไม่ให้ทุกคนพาตนเองเข้าไปเสี่ยงเพราะชุมนุมกันในสถานที่แออัด นี่เรียกว่า**ไม่ประมาท**

ในเรื่องการจัดลำดับความสำคัญนั้น เราถือว่าชีวิตสำคัญที่สุด เราต้องรักษาชีวิตให้ผ่านวิกฤตโควิดไปให้ได้ สิ่งของนอกกายถ้าไม่ตายเราหาใหม่ได้ ถ้าชีวิตดับหายไปเท่ากับหายไปทั้งหมด เราจึงต้องให้ความสำคัญแก่ชีวิต ดังโคลงโลกนิติที่ว่า

---

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านทางโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระแรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๖) ให้แก่ภิกษุ-สามเณร อุบาสก-อุบาสิกา และสาธุชน ออนไลน์จากพระอุโบสถวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๑๑ พฤษภาคม ๒๕๖๔

ช้างม้าเมียมิ่งแก้ว	**เงินทอง**
ตัวมิตายจักปอง	**ย่อมได้**
ชีวิตสิ่งเดียวของ	**หายาก**
ใช่ประทีปเทียนได้	**ดับแล้วจุดคืน**

ฉะนั้นต้องรักษาชีวิตคนเราไว้ให้เป็นชีวิตที่มีคุณภาพคือมีสุขภาพดี ลาภยศชื่อเสียงจะไม่มีความหมายถ้าสุขภาพไม่อำนวย เหตุนั้น พระพุทธเจ้าจึงตรัสไว้ว่า **"อโรคยปรมา ลาภา ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ"** การไม่ติดโควิดนี่แหละเป็นลาภอันประเสริฐสุด

ในโลกใบนี้ใช่ว่าทุกคนจะคิดเหมือนกันในเรื่องอะไรมาก่อนหลัง บางคนบอกว่าเป็นโควิดตายดีกว่าอดตาย เขาให้ความสำคัญแก่การทำมาหากินมากกว่าป้องกันโควิด บางคนบอกว่าเอาชีวิตรอดไว้ก่อน เมื่อมีชีวิตอยู่เงินทองยังหาได้ภายหลัง ตอนนี้เราสามารถแบ่งกระแสความคิดเห็นของคนในโลกนี้ออกเป็น ๒ ประเภท ดังนี้

ประเภทที่ ๑ กลุ่มที่ให้ความสำคัญแก่เศรษฐกิจมากกว่าความปลอดภัยในชีวิต เช่น สหรัฐอเมริกา บราซิล กลุ่มนี้ให้ความสำคัญแก่เศรษฐกิจ จึงอนุญาตให้ประชาชนออกไปทำงานนอกบ้านได้ สหรัฐอเมริกาถือเรื่องการค้าเสรีและเสรีภาพของประชาชนเป็นเรื่องใหญ่จึงปล่อยให้คนดำเนินธุรกิจเกือบจะปกติ ผู้นำประเทศมองโควิด ๑๙ เป็นไข้หวัดใหญ่ธรรมดา แต่กว่าจะรู้ตัวก็สายเสียแล้ว จนถึงบัดนี้คนอเมริกันตายไปกว่า ๕ แสนคน มีคนติดเชื้อโควิด ๓๓ ล้านคน

ประเภทที่ ๒ กลุ่มที่ให้ความสำคัญแก่ชีวิตของมนุษย์มากกว่าเศรษฐกิจถึงขนาดประกาศให้ประชาชนอยู่บ้าน หยุดเชื้อเพื่อชาติ เพื่อเป็นมาตรการหยุดการแพร่ระบาดของโควิด ๑๙ ประเทศที่ทำแบบนี้อย่างชัดเจนก็คือ จีน ไทย เวียดนาม

ตอนนี้มีการตระหนักแล้วว่า ความคิดของกลุ่มแรกเป็นอันตราย ดังที่สหรัฐอเมริกาได้จัดการเลือกตั้งประธานาธิบดีจนได้ผู้นำคนใหม่คือ โจ ไบเดน ที่ให้ความสำคัญแก่ชีวิตมนุษย์มากกว่าเศรษฐกิจ เขาได้ประกาศให้คนอเมริกันทุกคนใส่หน้ากากอนามัยในที่สาธารณะและให้ฉีดวัคซีนกันอย่างเร่งด่วน ประเทศอังกฤษก็ได้ตระหนักถึงปัญหานี้จึงหันมาระดมฉีดวัคซีนกันอย่างเต็มที่

วิธีการของกลุ่มที่ ๒ ดูจะได้ผลดี จีนเป็นประเทศแรกที่ควบคุมการระบาดของโควิด ๑๙ ด้วยการสั่งล็อคดาวน์ปิดบ้านปิดบ้านเมือง สั่งให้ประชาชนใส่หน้ากากอนามัยและรักษาระยะห่างทางสังคม บัดนี้ประเทศจีนซึ่งมีประชากรมากที่สุดในโลกคือ ๑,๔๐๐ ล้านคน กลับมีคนติดโควิดเพียง ๗๐,๐๐๐ คน มีคนตาย ๔,๐๐๐ คน

ประเทศไทยดำเนินนโยบายแบบกลุ่มที่ ๒ เช่นเดียวกัน ตั้งแต่ต้นปี จนถึงปลายปี ๒๕๖๓ ไทยมีผู้ติดโควิดจำนวนน้อยและมีคนตายเพราะโควิดไม่ถึงร้อยคน นั่นแสดงว่า เราสามารถควบคุม

การแพร่ระบาดของโควิด ๑๙ ในระลอกที่ ๑ ได้อย่างดี แต่เราก็สบายใจได้ไม่นานเมื่อต้องเจอการแพร่ระบาดในระลอกที่ ๒ ในช่วงต้นปี ๒๕๖๔ เมื่อเชื้อโควิดแอบเข้ามาตามชายแดนไทย เนื่องจากประเทศเพื่อนบ้านมีคนติดโควิดจำนวนมาก คนไทยที่ไปทำธุรกิจสีเทาแถวนั้นได้พาเชื้อโควิดกลับเข้ามาแพร่ระบาดสู่คนไทย ธุรกิจสีเทาบางประเภทนำแรงงานผิดกฎหมายเข้าประเทศพร้อมกับเชื้อโควิดในระลอกที่ ๒

ประเทศไทยควบคุมการแพร่ระบาดของโควิดในระลอกที่ ๒ เกือบจะสำเร็จอยู่แล้ว ก็เกิดการแพร่ระบาดของโควิดในระลอกที่ ๓ ตามมาตั้งแต่ปลายเดือนมีนาคมจนถึงปัจจุบัน การระบาดรอบนี้น่ากลัวกว่า ๒ ระลอกที่ผ่านมา เพราะเชื้อแพร่กระจายรวดเร็วมาก เราระเริงใจคิดว่าจะคุมอยู่เหมือน ๒ ระลอกที่ผ่านมาจึงปล่อยให้คนไทยเดินทางออกไปฉลองสงกรานต์ทุกจังหวัด โควิด ๑๙ จึงได้โอกาสแพร่เชื้ออย่างรวดเร็ว เพราะเป็นโควิด ๑๙ **สายพันธุ์อังกฤษ** ที่เข้ามาในประเทศไทยผ่านบ่อนการพนันในประเทศเพื่อนบ้านแล้วก็มาปักหลักที่สถานบันเทิงแห่งหนึ่งในกรุงเทพฯ จากนั้นก็แพร่ระบาดไปทั่วประเทศ

นอกจากจะแพร่ระบาดอย่างรวดเร็วแล้ว โควิดสายพันธุ์อังกฤษนี้ยังเป็นอันตรายมากอีกด้วยเพราะเชื้อลงปอดเร็วจึงทำให้คนตายเร็ว ไม่เว้นแม้กระทั่งคนหนุ่มสาว ทำให้สถิติคนตายเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว จากปีที่แล้วที่มีคนตายสัปดาห์ละไม่กี่คน วันนี้วันเดียวมีคนตายเพราะโควิดจำนวน ๓๑ คน ตรงนี้น่าเป็นห่วง เราจะต้องตัดสินใจว่าอะไรสำคัญกว่ากัน ระหว่างการทำมาหากินความสนุกสนานบันเทิง กับการรักษาชีวิตของเรา

ตอนนี้ ทางการของไทยเห็นว่าการรักษาชีวิตของประชาชนสำคัญกว่า จึงควบคุมการแพร่ระบาดของโควิด ๑๙ อย่างเข้มงวดจริงจังมากขึ้น ดังจะเห็นได้จากการประกาศมาตรการต่าง ๆ เช่น การปิดสถานบันเทิง ควบคุมร้านค้าและร้านอาหาร แม้กระทั่งการประกอบพิธีทางศาสนาในจังหวัดสีแดงเข้มอย่างกรุงเทพมหานคร ก็จำกัดจำนวนคนร่วมงานไม่เกิน ๒๐ คน วัดประยุรวงศาวาสได้อนุวัตคล้อยตามมาตรการเหล่านี้จึงไม่อนุญาตให้ญาติโยมเข้ามาทำวัตรสวดมนต์ภายในพระอุโบสถ การแสดงพระธรรมเทศนาก็จัดผ่านสื่อออนไลน์ ทั้งนี้เพราะเราให้ความสำคัญเป็นอันดับแรกแก่ความปลอดภัยในชีวิต เรื่องอื่นเราค่อยทำทีหลังถ้ายังไม่ตาย

ขอให้ทุกคนตระหนักตรงนี้ว่า ทำอย่างไรเราจะรักษาชีวิตของตน และของคนไทยให้ผ่านพ้นวิกฤตโควิด ๑๙ นี้ไปด้วยกัน นี่คือ**การจัดลำดับความสำคัญ** เราต้องกล้าประกาศล็อคดาวน์คือปิดบ้านปิดเมือง เมื่อถึงคราวจำเป็นก็ต้องทำ ถ้าทำไม่ได้ ก็ต้องเร่งฉีดวัคซีนกันขนานใหญ่ เราทำสิ่งที่ต้องทำก่อนเพื่อรักษาชีวิตไว้ ต้องจัดลำดับความสำคัญว่าอะไรควรทำก่อนและอะไรควรทำหลัง อย่าทำหลายอย่างพร้อมกัน คือ สุขภาพก็จะรักษา เศรษฐกิจก็จะทำความสนุกสนานบันเทิงก็จะเอา ในที่สุดจะไม่ได้อะไรสักอย่าง ดังนั้น ควรพิจารณาให้รอบคอบว่าสิ่งใดควรทำก่อนหลัง ดังพระบาลีนิกเขปบทที่อาตมภาพได้ยกไว้ ณ เบื้องต้นว่า **"ปฏิกจฺเจว**

ตํ กยิรา ยํ ชญฺญา หิตมตฺตโน” แปลความว่า “**บุคคลรู้ว่าสิ่งใดเป็นประโยชน์ของตน ควรรีบทำสิ่งนั้นทีเดียว**”

พระบาลีนี้หมายความว่า บุคคลควรรีบทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ตน ควรจัดลำดับความสำคัญว่าอะไรต้องทำก่อน อะไรที่รอได้ให้รอไปก่อน เหมือนเวลาจะทำพิธีขึ้นบ้านใหม่ ถามว่ามีบันไดหรือมีลิฟต์หรือยัง ต้องทำบันไดหรือลิฟต์ก่อนถึงจะขึ้นไปฉลองบ้านได้ อะไรที่เป็นเรื่องสำคัญในการสู้กับโควิด ๑๙ ให้ทำทันที ถ้ามัวแต่คิดให้ความสำคัญกับเรื่องเศรษฐกิจก่อน มันอาจจะสายเกินไป ถ้าเห็นว่าความปลอดภัยในชีวิตสำคัญกว่า เรื่องทรัพย์สินเงินทองก็ต้องมาทีหลัง เมื่อคนเราเห็นว่าสิ่งใดเป็นประโยชน์ตน ก็ควรรีบทำสิ่งนั้น

ในจูฬมาลุงกโยวาทสูตร พระพุทธเจ้าได้ตรัสเล่าเรื่องการจัดลำดับความสำคัญไว้ว่า ชายคนหนึ่งถูกยิงด้วยลูกศรอาบยาพิษ ญาติกำลังจะหามชายคนนั้นไปให้หมอรักษา แต่เขาไม่ยอมไป โดยอ้างว่าเขาจะไม่ไปหาหมอจนกว่าจะรู้ว่าใครยิงเขา ยิงมาจากทิศไหนด้วยลูกศรทำจากไม้อะไร และใช้ยาพิษประเภทไหน ต้องหาคำตอบให้ได้ก่อนเขาจึงจะยอมไปพบหมอ

พระพุทธเจ้าตรัสถามว่า ชายคนนี้จะมีชีวิตรอดไหม เขาคงจะตายเสียก่อนที่จะได้คำตอบว่าใครยิง ยิงมาจากทิศไหน ด้วยลูกศรทำจากไม้อะไร เป็นต้น สิ่งที่เขาควรทำก่อนคือการไปให้หมอรักษาตัว ไม่ใช่วุ่นวายกับเรื่องที่สำคัญน้อย การรักษาชีวิตเป็นสิ่งสำคัญที่สุด การหาคำตอบเหล่านั้นสำคัญน้อยกว่า ถ้ายังมีชีวิตอยู่เขาก็ยังมีโอกาสที่จะหาคำตอบได้ภายหลัง

พระพุทธเจ้าสรุปว่า โลกนี้มีความทุกข์รุมเร้าเหมือนลูกศรอาบยาพิษที่ยิงมา สิ่งที่คนเราควรทำเป็นอันดับแรกคือการดับทุกข์ ไม่ใช่วุ่นวายกับการหาคำตอบว่าชีวิตมาจากไหน เกิดจากอะไร และตายแล้วจะไปไหน กว่าจะได้คำตอบปัญหาเหล่านี้คงจะตายก่อนพอดี สิ่งที่ควรทำตอนนี้คือแก้ทุกข์ด้วยการปฏิบัติธรรม เมื่อมีกรรมฐานหลายแบบให้ปฏิบัติก็ลงมือปฏิบัติกรรมฐานสักแบบหนึ่ง

ถ้าไม่จัดลำดับความสำคัญว่าควรทำอะไรก่อนหลังก็จะเจอสภาพที่เรียกว่า **“กว่าถั่วจะสุกงาก็ไหม้”** หมายความว่า การคั่วถั่วในกระทะกว่าจะสุกต้องใช้เวลานาน คนโง่นำงากับถั่วใส่ลงไปคั่วในกระทะเดียวกัน กะให้ถั่วและงาสุกพร้อมกัน ซึ่งเป็นไปไม่ได้ เพราะงาสุกเร็วกว่าถั่ว วิธีการคั่วงาไม่ให้ไหม้ คือ ให้คั่วงาก่อนด้วยไฟที่พอดี พองาสุกแล้วนำงาออกจากกระทะ ต่อจากนั้นจึงใส่ถั่วลงไปคั่วต่อ วิธีนี้จะคั่วได้ทั้งถั่วและงา อย่าโลภมากจนถึงกับคั่วถั่วและงาพร้อมกัน

ทุกวันนี้ คนไทยบางกลุ่มพยายามทำหลายอย่างพร้อมกัน นั่นคือความมั่งคั่งทางเศรษฐกิจก็แสวงหา ความสนุกสนานจากสถานบันเทิงก็ตักตวง และความปลอดภัยจากโควิดก็ต้องการ ผลที่ตามมาคือกว่าถั่วจะสุกงาก็ไหม้ โควิดได้โอกาสแพร่ระบาดอย่างที่คุมไม่อยู่ในปัจจุบัน

สิ่งที่ต้องทำก่อนในตอนนี้คือ จำกัดการแพร่ระบาดโควิด ๑๙ ไม่ให้กระจายไปรวดเร็วอย่างนี้ ยิ่งกระจายมากโอกาสที่เชื้อจะกลายพันธุ์ก็มีมากขึ้น ในขณะที่เชื้อแพร่ออกจากคนหนึ่งไปยังอีกคนหนึ่ง มันมีการปรับตัวและกลายพันธุ์ ทำให้กระจายตัวเร็วและดุร้ายมากยิ่งขึ้น ตอนนี้**สายพันธุ์อังกฤษดุกว่าสายพันธุ์จีน**มากนัก หลายคนกลัว**สายพันธุ์อินเดีย**ที่กำลังจะเข้ามา เพราะคนอินเดียมีเป็นพันล้านคน โควิดกระจายเชื้อเร็วจึงมีโอกาสกลายพันธุ์เร็วยิ่งขึ้น

ตอนนี้ เราต้องให้ความสำคัญแก่การควบคุมโควิด ๑๙ เพราะจำนวนคนไทยที่ติดโควิดกำลังเพิ่มมากขึ้น คนไข้โควิดล้นโรงพยาบาล จนต้องสร้างโรงพยาบาลสนามขึ้นมา การให้ยารักษาตอนนี้ต้องจัดลำดับความสำคัญเช่นกัน คือ คนชราและคนที่เป็นโรคกลุ่มเสี่ยง ๗ โรค เมื่อติดโควิดแล้วต้องให้ยาฟาวิพิราเวียร์ทันที แต่กว่าจะประกาศให้ทำอย่างนี้ก็ไม่ทันการณ์ มีคนตายเพราะโควิดจำนวนมาก ทั้งนี้เพราะตอนแรกไม่ได้จัดลำดับความสำคัญในการให้ยาฟาวิพิราเวียร์

วันนี้คนไทยต้องอดใจรอวัคซีนป้องกันโควิดไปอีก ๑ เดือนจึงจะได้วัคซีนมาอย่างมากมาย ทางการประกาศว่าจะเริ่มฉีดวัคซีนให้คนไทยทั่วประเทศในเดือนมิถุนายน ตอนนี้ให้ลงทะเบียนฉีดวัคซีนตามลำดับความสำคัญ นั่นคือ คนชราและคนที่เป็นโรคกลุ่มเสี่ยง ๗ โรคต้องได้โอกาสฉีดวัคซีนต่อจากแพทย์และพยาบาล

ทางการไทยมั่นใจว่าจะมีวัคซีนเดือนหน้าก็เพราะมีโรงงานผลิตวัคซีนแอสตร้าเซนเนก้าตั้งอยู่ในประเทศไทย โรงงานนี้เริ่มผลิตวัคซีนตั้งแต่เดือนธันวาคมที่ผ่านมา ใช้เวลาห้าเดือนก็ผลิตล็อตแรกเสร็จเรียบร้อยแล้วส่งไปประเมินคุณภาพที่ห้องปฏิบัติการในยุโรปและสหรัฐอเมริกา ผลการประเมินออกมาว่าวัคซีนที่ผลิตในไทยมีคุณภาพเท่าเทียมกับวัคซีนที่ผลิตในอังกฤษและประเทศอื่น ๆ ในยุโรป สามารถนำไปฉีดป้องกันโควิด ๑๙ ได้

ในเดือนมิถุนายน ประเทศไทยจะได้รับวัคซีนแอสตร้าเซนเนก้างวดแรก ๖ ล้านเข็ม เดือนต่อไปจะได้อีกเดือนละ ๑๐ ล้านเข็ม ถึงสิ้นปีนี้จะได้วัคซีน ๖๑ ล้านเข็ม สำหรับฉีดให้คนไทยคนละ ๒ เข็มจนถึงสิ้นปีจะฉีดได้ ๓๐ ล้านคน แต่วัคซีนที่รัฐบาลจองไว้ก็ยังไม่เพียงพอ ถ้าจะให้เกิดภูมิคุ้มกันหมู่ในประเทศไทยต้องฉีดวัคซีนให้ได้ ๕๐ ล้านคน ซึ่งเท่ากับ ๗๐ เปอร์เซ็นต์ของประชากรทั้งหมด

ตอนนี้ประเทศไทยมีวัคซีนซิโนแวค ๓ ล้านเข็มเข้ามาให้ฉีดคั่นเวลาจนถึงเดือนมิถุนายน หลายคนลังเลที่จะฉีดวัคซีนนี้เพราะกลัวผลข้างเคียง บางคนบอกว่ารอฉีดวัคซีนที่ดีและปลอดภัยกว่า ตอนนี้ถึงมีวัคซีนซิโนแวคก็ยังไม่ยอมฉีด อ้างว่ารอแอสตร้าเซนเนก้าบ้าง รอไฟเซอร์หรือโมเดอร์นาบ้าง แต่ก็เกรงว่า กว่าจะได้ฉีดวัคซีนที่ต้องการ อาจจะติดโควิดเสียก่อน เข้าทำนองที่ว่า **"กว่าถั่วจะสุกงาก็ไหม้"**

ถ้าคนไทยส่วนใหญ่ไม่ยอมฉีดวัคซีนเพราะมัวรีรอลังเลกันอยู่ โควิด ๑๙ จะระบาดเป็นไฟลามทุ่ง คนจะล้มตายกันมากไม่ใช่แค่ ๓๑ คนต่อวันอย่างนี้ ถึงตอนนั้นงาคงไหม้แล้วเพราะมัวรอให้ถั่วสุกคือรอวัคซีนกันอยู่ เพราะฉะนั้นต้องหาวัคซีนมาฉีดตั้งแต่เดือนนี้ ใครที่เป็นโรคกลุ่มเสี่ยงหรือสูงวัย ถ้ามีซิโนแวคให้ฉีดก็ฉีดเถิด อย่ากลัวผลข้างเคียง ถ้ารู้วิธีทำวัคซีนชนิดนี้เราจะไม่กลัวเลยเพราะเราฉีดวัคซีนประเภทเดียวกันเป็นประจำอยู่แล้ว นั่นคือ **วัคซีนไข้หวัดใหญ่**

ทุกวันนี้ไม่มีใครกลัวผลข้างเคียงของวัคซีนไข้หวัดใหญ่ เพราะรู้ว่าเขาทำกันมานานแล้วด้วยเทคนิคแบบดั้งเดิมที่ไม่เป็นพิษเป็นภัยและมีผลในการป้องกันโรคตามมาตรฐานขององค์การอนามัยโลกคือ ๕๐ เปอร์เซ็นต์ขึ้นไป วัคซีนของจีนคือซิโนแวคและซิโนฟาร์มก็มีผลในการป้องกันโควิด ๕๐ เปอร์เซ็นต์ขึ้นไปและมีความปลอดภัยไม่ต่างจากวัคซีนไข้หวัดใหญ่

เทคนิคการทำวัคซีนแบบดั้งเดิมก็คือฉีดเชื้อโรคที่ถูกทำให้ตายด้วยสารเคมี ความร้อนหรือรังสีเข้าไปในตัวคนเพื่อไปกระตุ้นให้ภูมิคุ้มกันซึ่งเหมือนกับทหารลาดตะเวนคอยจับทำลายเสีย วัคซีนไข้หวัดใหญ่ก็ใช้วิธีทำอย่างนี้ คือฉีดเชื้อไข้หวัดใหญ่จริง ๆ ที่ถูกทำให้เป็นเชื้อตายเข้าไปในตัวคน ภูมิคุ้มกันของคนตรวจพบเข้าเห็นว่าเป็นสิ่งแปลกปลอมก็เข้าโจมตี การฉีดวัคซีนจึงเหมือนการซ้อมรบที่กระตุ้นให้ภูมิคุ้มกันแข็งแรงและจดจำหน้าตาของเชื้อโรคพร้อมที่กำจัดทันทีที่มันเข้ามาในตัวคน

วัคซีนซิโนแวคและซิโนฟาร์มของจีนใช้เทคนิคการผลิตแบบเดียวกันกับวัคซีนไข้หวัดใหญ่ โดยมีการเพาะเชื้อไวรัสโควิด ๑๙ ในห้องทดลองแล้วทำให้เชื้อตายจากนั้นก็ฉีดเชื้อตายเข้าไปในตัวคน ภูมิคุ้มกันพบว่าเป็นสิ่งแปลกปลอมก็สู้กันและกำจัดออกไป การสู้กับเชื้อตายเป็นการซ้อมรบที่ทำให้ภูมิคุ้มกันแข็งแรงพอที่จะกำจัดเชื้อโควิดจริงที่จะเข้ามาในอนาคต

คนที่ฉีดวัคซีนประเภทเชื้อตายนี้ครบ ๒ เข็มแล้ว ถ้าติดเชื้อโควิดหลังฉีดครบตามกำหนดเวลาจะไม่ป่วยหนักถึงเข้าโรงพยาบาลและไม่ตาย ฉะนั้นจึงไม่แปลกที่ตอนนี้ทางการของไทยระดมฉีดวัคซีนซิโนแวคในเขตพื้นที่สีแดงเข้ม แต่ฉีดให้เฉพาะคนที่ยังไม่ติดเชื้อโควิด ส่วนคนที่ติดเชื้อแล้วต้องเข้าโรงพยาบาลและทานยาฟาวิพิราเวียร์

แม้วัคซีนซิโนแวคและซิโนฟาร์มจะใช้เทคนิคแบบดั้งเดิม แต่อาจมีราคาแพงกว่าวัคซีนแบบใหม่ ทั้งนี้เพราะต้องนำเชื้อโควิด ๑๙ ไปเพาะแล้วทำให้เป็นเชื้อตาย ขั้นตอนนี้ทำให้ผลิตได้ช้าและมีราคาแพงกว่าวัคซีน**แอสตร้าเซนเนก้า** ซึ่งใช้เทคนิคการผลิตแบบใหม่กว่าตรงที่ใช้ไวรัสของลิงชิมแปนซีเป็นเวกเตอร์ (vector) หรือตัวนำชิ้นส่วนโปรตีนที่มีลักษณะเหมือนขา (spike) ของเชื้อโควิดฉีดเข้าไปในตัวคนเพื่อกระตุ้นภูมิคุ้มกันให้ออกมาสู้กับโปรตีนขาที่เป็นสิ่งแปลกปลอม ภูมิคุ้มกันสามารถกำจัดโปรตีนขาของโควิดได้ไม่ยาก ส่วนไวรัสของลิงชิมแปนซีก็ไม่เป็นอันตรายต่อคน การซ้อมรบแบบนี้ทำให้ภูมิคุ้มกันแข็งแรงพอที่จะสู้กับไวรัสโควิดตัวจริงต่อไป

ผลปรากฏว่าภูมิคุ้มกันที่ได้จากแอสตร้าเซนเนก้ามีประสิทธิภาพดี ที่สำคัญคือวัคซีนประเภทนี้ผลิตได้เร็วกว่า สามารถเก็บแช่ไว้ในตู้เย็นธรรมดา ประเทศทั่วโลกจึงสั่งจองวัคซีนนี้มากถึง ๓,๐๐๐ ล้านเข็ม จัดว่ามีการสั่งจองมากที่สุดในบรรดาวัคซีนทั้งหมด ประเทศไทยโชคดีที่มีโรงงานผลิตวัคซีนแอสตร้าเซนเนก้าในประเทศจึงมีโอกาสได้รับวัคซีนชนิดนี้ก่อนใครในอาเซียน

วัคซีนอีกประเภทหนึ่งที่จะเข้ามาเมืองไทยคือ**ไฟเซอร์** ซึ่งผลิตที่ประเทศสหรัฐอเมริกาด้วยเทคนิคใหม่ล่าสุดที่เพิ่งนำใช้เป็นครั้งแรกในโลก บริษัทเยอรมันชื่อว่าไบออนเทคร่วมมือกับบริษัทไฟเซอร์ของสหรัฐอเมริกาผลิตวัคซีนชนิดนี้ขึ้นมาโดยใช้ส่วนของสารพันธุกรรม (RNA) ของเชื้อโรคเป็นตัวนำคำสั่งการสร้างโปรตีนขาของไวรัสโควิดเข้าไปในตัวคน เมื่อตัวนำคำสั่งหรือตัวส่งสาร (**m** หรือแมสเซนเจอร์) เข้าไปในตัวคนแล้ว จะเข้าไปกระตุ้นให้ร่างกายคนเราสร้างโปรตีนขาของไวรัสโควิดขึ้นมา เมื่อสร้างเสร็จแล้วตัวส่งสารจะสลายไปเองเหลือแต่โปรตีนขาของไวรัสโควิดที่ร่างกายสร้างขึ้นเองตามรหัสคำสั่งของตัวส่งสารนั้น โปรตีนขาที่ร่างกายสร้างขึ้นมีลักษณะเช่นเดียวกับโปรตีนขาของไวรัสโควิด ภูมิคุ้มกันจะเข้าโจมตีสิ่งแปลกปลอมที่ร่างกายสร้างขึ้นมานั้นเพราะเข้าใจว่าเป็นเชื้อโควิดจริง ข้อดีของวัคซีนชนิดนี้คือผลิตได้เร็วและสามารถปรับปรุงเพื่อสู้กับไวรัสโควิดกลายพันธุ์ได้ง่าย ข้อเสียคือต้องเก็บรักษาที่อุณหภูมิลบ ๗๐ องศาเซลเซียส เนื่องจากตัวส่งสารรหัสพันธุกรรม (mRNA) ถูกทำลายได้ง่าย

วัคซีนทั้งสามประเภทที่กล่าวมานั้นแม้จะมีประสิทธิภาพในการป้องกันโควิดต่างกันแต่ก็มีข้อดีเหมือนกันอยู่อย่างหนึ่งคือ **คนที่ฉีดวัคซีนเหล่านี้เข้าไปแล้ว ถ้าติดโควิดจะไม่ป่วยหนักและไม่ตาย** เพราะฉะนั้น เมื่อมีวัคซีนยี่ห้อใดให้ฉีดก็รีบฉีดป้องกันไว้ก่อน ถ้าขืนรีรอนานเกินไปเราอาจจะติดเชื้อโควิดก่อนที่จะได้วัคซีนที่ต้องการ อย่าให้เข้าทำนองที่ว่า **“กว่าถั่วจะสุกงาก็ไหม้”** หมายถึงว่า กว่าถั่วจะสุกคือได้วัคซีนที่ถูกใจปรากฏว่างาไหม้คือติดโควิดไปเรียบร้อยแล้ว

มีสุภาษิตสอนใจว่า **“เมื่อไม่มีสิ่งที่ชอบก็ต้องชอบสิ่งที่มี”** ดังนั้น ฉีดวัคซีนที่มีไปก่อนเพราะวัคซีนจะคุ้มครองได้ไม่เกินหนึ่งปีก็หมดฤทธิ์และจะต้องมีการฉีดครั้งต่อไป **ในการฉีดครั้งต่อไปเราสามารถเลือกฉีดวัคซีนที่ต้องการได้ ขอให้มีชีวิตอยู่ไปถึงตอนนั้นก็แล้วกัน** เพราะฉะนั้นจัดลำดับความสำคัญให้สุขภาพไว้อย่างนี้ และให้เร่งฉีดวัคซีนกัน อย่าคิดมาก เพราะมัวแต่คิดมากอาจจะสายเกินไป เหมือนปลาคิดมากในชาดกที่พระพุทธเจ้าตรัสเล่าไว้ดังต่อไปนี้

มีปลาอยู่ ๓ ตัวอาศัยอยู่ที่ต้นแม่น้ำในป่าใหญ่ พวกมันว่ายหากินไปตามกระแสน้ำจนออกไปถึงแม่น้ำที่อยู่ในเขตบ้านเมืองของมนุษย์ พอถึงถิ่นมนุษย์แม่น้ำดูกว้างใหญ่ไพศาล อาหารการกินอุดมสมบูรณ์ ปลาทั้งสามตัวจึงพากันกินเหยื่ออย่างเพลิดเพลิน

ในบรรดาปลาทั้งสามตัวนั้น ปลาตัวหนึ่งเป็น**ปลาโพธิสัตว์**ที่เฉลียวฉลาดมาก ปลาโพธิสัตว์มีความห่วงใยว่า ในถิ่นมนุษย์มักมีพรานเบ็ดคอยตกปลาบ้าง นำตาข่ายมาดักปลาบ้าง ปลาทั้งสาม

จึงตกอยู่ในอันตราย ดังนั้นปลาโพธิสัตว์จึงเตือนเพื่อนปลาอีกสองตัวให้ว่ายกลับไปอยู่ที่แม่น้ำในป่าใหญ่เพื่อความปลอดภัย

ปลาทั้งสามตัวนั้นมีชื่อต่างกันและมีลักษะประจำตัวสมกับชื่อ นั่นคือ ตัวแรกชื่อว่า **"พหุจินตี"** แปลว่า **ปลาคิดมาก** ตัวที่ ๒ ชื่อว่า **"อัปปจินตี"** แปลว่า **ปลาคิดน้อย** ส่วนปลาโพธิสัตว์ชื่อว่า **"มิตจินตี"** แปลว่า **"ปลาคิดพอดี"**

ปลาตัวแรกเป็น**ปลาคิดมาก** จะทำอะไรต้องศึกษาหาข้อมูลมากมาย เช่น มีพรานเบ็ดอยู่ที่ไหน เราจะหลบได้ไหม อันตรายมากหรือไม่ ถ้ายังไม่ได้คำตอบที่ชัดเจนก็ยังไม่กลับไปอยู่ที่แม่น้ำในป่าใหญ่ ปลาตัวนี้บอกปลาโพธิสัตว์ว่า "อย่าเพิ่งรีบกลับไป อยู่หาข้อมูลไปก่อนว่าพรานเบ็ดอยู่เขตไหน พวกเราพอหลบหลีกได้หรือไม่"

ปลาตัวที่ ๒ เป็น**ปลาคิดน้อย** ไม่มีความคิดเป็นของตัวเองแล้วแต่พวกมากลากไปเป็นประเภทไปไหนไปด้วย เพราะฉะนั้นปลาคิดน้อยจึงอาศัยติดตามปลาคิดมากที่ว่ายหากินเพลินอยู่ในแม่น้ำในถิ่นมนุษย์

ส่วนปลาโพธิสัตว์เป็น**ปลาคิดพอดี** ได้ข้อมูลพอประเมินได้ว่ามีภัยจากพรานเบ็ดรออยู่ในฤดูกาลนี้ที่พรานเบ็ดมักจะดักตาข่ายไว้ในแม่น้ำ เมื่อเพื่อนปลาอีกสองตัวไม่ยอมกลับไปด้วยกัน ปลาโพธิสัตว์จึงแยกไปอีกทางหนึ่งตามลำพังเพื่อความปลอดภัย

วันหนึ่งปลาโพธิสัตว์รู้สึกห่วงใยความปลอดภัยของเพื่อนปลา เพราะคาดคะเนว่าช่วงนี้พวกพรานเบ็ดคงจะพากันมาจับปลา จึงว่ายตามหาเพื่อนปลาทั้งสองก็พบว่ากำลังหากินกันเพลินไม่ทันระวังตัวจึงหลงเข้าไปติดตาข่ายของพรานเบ็ด

ปลาโพธิสัตว์พยายามช่วยเพื่อนปลาด้วยการทำทีเป็นว่ายไปมาด้านนอกตาข่าย พอพวกพรานเบ็ดมาถึงปลาโพธิสัตว์ก็ตีน้ำให้เป็นฟองกระจาย ทำให้พวกพรานเบ็ดเข้าใจว่าปลาที่ติดอยู่ในตาข่ายได้ทะลวงตาข่ายหนีออกมานอกตาข่ายแล้วซึ่งแสดงว่าตาข่ายมีรูรั่ว ทั้ง ๆ ที่ตอนนั้นเพื่อนปลาทั้งสองยังติดอยู่ข้างในตาข่ายแต่สงบนิ่งด้วยความหวาดกลัว ขณะเดียวกัน ปลาโพธิสัตว์ก็เร่งตีน้ำให้แตกกระจายที่ด้านนอกตาข่าย

ฝ่ายพวกพรานเบ็ดเข้าใจว่าตาข่ายขาด จึงพากันจับตาข่ายยกขึ้นมาตรวจดูว่าตาข่ายขาดตรงไหน ปลาสองตัวที่ติดอยู่ภายในตาข่ายได้โอกาสก็รีบว่ายหนีออกมาอย่างรวดเร็ว ปลาโพธิสัตว์ได้พาเพื่อนปลาทั้งสองว่ายกลับไปยังถิ่นเดิมที่อยู่ห่างไกลจากมนุษย์

ชาดกเรื่องนี้สอนให้รู้ว่า อย่าเป็นเหมือนปลาคิดมากที่มักผัดวันประกันพรุ่ง ฉะนั้นต้องตัดสินใจฉีดวัคซีนโดนเร็ว อย่ามัวชักช้าเพราะหลงเชื่อคำโฆษณาผลข้างเคียงของวัคซีน ให้ดูประเทศอื่นเป็นแบบอย่าง เช่น ประเทศที่มีคนตายเพราะโควิดมากที่สุดในโลก คือสหรัฐอเมริกา ตอนนี้ฉีดวัคซีนไฟเซอร์และโมเดอร์นาไปได้ ๔๐ เปอร์เซ็นต์ของประชากร สามารถทำให้จำนวน

คนตายน้อยลง ตอนนี้อนุญาตให้คนจัดคอนเสิร์ตและทำกิจกรรมร่วมกันได้ บรรยากาศผ่อนคลายมาก แต่ยังสั่งให้คนใส่หน้ากากอนามัยในที่สาธารณะ

อีกประเทศหนึ่งคืออังกฤษที่มีคนติดโควิดมากถึง ๔ ล้านคน ประเทศนี้มีประชากร ๖๘ ล้านคน เท่ากับประชากรของไทย อังกฤษได้ระดมฉีดวัคซีนแอสตร้าเซนเนก้าที่ผลิตภายในประเทศ วันนี้คนอังกฤษติดโควิดน้อยมาก สามารถเปิดประเทศได้แล้ว นายกรัฐมนตรีออกมาประกาศว่าวันที่ ๑๗ พฤษภาคมเป็นต้นไปเลิกล็อคดาวน์ อังกฤษอนุญาตให้คนเดินทางไปมาหาสู่กันได้และเปิดรับคนที่ฉีดวัคซีนจากต่างประเทศเข้าอังกฤษได้

ประเทศอิสราเอลได้ระดมฉีดวัคซีนไฟเซอร์และโมเดอร์นาให้กับประชากร ๕๘ เปอร์เซ็นต์แล้วปรากฏว่าได้ผลดีมาก ขณะนี้เปิดประเทศได้แล้ว ประชาชนสามารถจัดกิจกรรมต่าง ๆ ได้ออกนอกบ้านได้โดยไม่ต้องใส่หน้ากากอนามัย

ประเทศจีนฉีดวัคซีนซิโนแวคและซิโนฟาร์มควบคู่ไปกับมาตรการใส่หน้ากากอนามัย รักษาระยะห่างทางสังคม ขณะนี้จีนไม่มีคนตายเพราะโควิด จำนวนผู้ติดโควิดก็ลดน้อยลง ในวันแรงงานแห่งชาติเมื่อต้นเดือนพฤษภาคมที่ผ่านมา รัฐบาลจีนประกาศหยุดงาน ๗ วัน คนจีนพากันขึ้นสปีดเทรนหรือรถไฟความเร็วสูงออกไปท่องเที่ยวนอกกรุงปักกิ่งนับร้อยล้านคน นี่ก็เป็นผลมาจากการฉีดวัคซีนเช่นเดียวกัน

ฉะนั้นตอนนี้ที่โควิด ๑๙ ยังระบาดอยู่ คนไทยไม่มีทางเลือกอื่นนอกจากการใส่หน้ากากอนามัย รักษาระยะห่างทางสังคม และระดมฉีดวัคซีนเท่าที่มีอยู่โดยเร็ว หวังว่าพอถึงเดือนมิถุนายน วัคซีนแอสตร้าเซนเนก้าจะเข้ามาอย่างมากมาย ถึงตอนนั้น รัฐบาลจะต้องตั้งศูนย์ฉีดวัคซีนพร้อมกันทั่วประเทศ คือต้องเร่งฉีดวัคซีนให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้เพื่อสร้าง **ภูมิคุ้มกันหมู่** (Herd Immunity)

ภูมิคุ้มกันหมู่จะเกิดขึ้นในประเทศไทยถ้าสามารถฉีดวัคซีนให้ประชาชนได้ครบ ๗๐ เปอร์เซ็นต์ ประชาชนที่เหลืออีก ๓๐ เปอร์เซ็นต์จะได้รับการป้องกันให้ปลอดภัยจากโควิดไปด้วย ถึงแม้ว่าพวกหลังนี้จะไม่ได้รับการฉีดวัคซีนก็ตาม เพราะว่าการที่คนหมู่ใหญ่ ๗๐ เปอร์เซ็นต์ไม่ป่วยเพราะโควิดก็จะทำให้คนอีก ๓๐ เปอร์เซ็นต์ปลอดภัยจากโควิดไปด้วย บางคนอยากเป็นหนึ่งในจำนวนคน ๓๐ เปอร์เซ็นต์ที่ไม่ฉีดวัคซีน แต่มีปัญหาว่าอีกนานหลายเดือนกว่าคนไทยจะได้ฉีดวัคซีนครบ ๗๐ เปอร์เซ็นต์ เกรงว่ากว่าจะถึงวันนั้น บางคนอาจจะติดโควิดตายเสียก่อน

เพราะฉะนั้น ไม่ควรเป็นคนคิดมาก มีวัคซีนชนิดใดมาให้ฉีดก็ฉีดกันไว้ก่อน ดังที่พระพุทธเจ้าสอนให้จัดลำดับความสำคัญ ตอนนี้การฉีดวัคซีน ใส่หน้ากากอนามัย รักษาระยะห่างทางสังคมเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด เราต้องรีบทำก่อน ดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกไว้ ณ เบื้องต้นว่า **"ปฏิกจฺเจว ตํ กยิรา"** เป็นต้น แปลความว่า **"บุคคลรู้ว่าสิ่งใดเป็นประโยชน์ของตน ควรรีบทำสิ่งนั้นทีเดียว"** ดังพรรณนามา พอสมควรแก่เวลา

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย อานุภาพของหลวงพ่อพระพุทธธรรมวิเชษฐศาสดา พระประธานในพระอุโบสถ หลวงพ่อพระพุทธนาคอันศักดิ์สิทธิ์ในพระวิหาร พระบรมสารีริกธาตุบนพระเจดีย์ ขอจงมารวมกันเป็นตบะ เดชะ พลวปัจจัยอำนวยอวยพรคุ้มครองให้ท่านทั้งหลาย แคล้วคลาดปลอดภัยจากโควิด ๑๙ และโรคภัยทั้งปวง เจริญยิ่งด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ ธนสารสมบัติ ธรรมสารสมบัติ ปรารถนาสิ่งใดที่เป็นไปโดยชอบประกอบด้วยธรรม ก็ขอให้สมความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จ จงพลันสำเร็จ จงพลันสำเร็จ ทุกท่านทุกคนตลอดกาลนาน

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนาใน**ปฏิกัจจกรณกถา ว่าด้วยการจัดลำดับความสำคัญ** พอสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

โลกติกิจฉกกถา ว่าด้วยแพทย์ของชาวโลก*

มหาการุณิโก สตฺถา สพฺพโลกติกิจฺฉโกติ

(ขุ. เถร. ๒๖/๓๘๕)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนาใน **โลกติกิจฉกกถา ว่าด้วยแพทย์ของชาวโลกทั้งปวง** เพื่อเป็นเครื่องประคับประคองฉลองศรัทธา ประดับปัญญาบารมีอนุโมทนากุศลบุญราศี ของญาติโยมพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ผู้ตั้งใจบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศลในวันนี้ ซึ่งเป็นวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา เรียกว่าวิสาขบูชา เป็นวันสำคัญที่มีการบูชาเป็นพิเศษ โดยปกติต้องไปเวียนเทียนที่วัดวาอารามต่าง ๆ แต่ในปีนี้ การระบาดของโรคโควิด ๑๙ เป็นอุปสรรคทำให้ไม่สามารถร่วมกันเฉลิมฉลองวิสาขบูชาที่วัดต่าง ๆ ได้ จึงได้ให้ญาติโยมทั้งหลายร่วมการฉลองวิสาขบูชาโดยรักษาระยะห่างทางสังคม ด้วยการร่วมกันฟังธรรม เวียนเทียนผ่านสื่อสังคมออนไลน์

ทางวัดประยุรวงศาวาสได้จัดการแสดงธรรมผ่านสื่อออนไลน์เช่นทุกวันพระที่ผ่านมา แต่วันนี้เป็นวันพิเศษจึงดำเนินการให้กิจกรรมวิสาขบูชาดำเนินต่อไป เมื่อวานนี้ที่สำนักงานใหญ่องค์การสหประชาชาติ มีการจัดพิธีเฉลิมฉลองวิสาขบูชาโลก ปีนี้ประเทศไทยเป็นเจ้าภาพ ไม่มีสมาชิกไปร่วมในสถานที่จัดงานที่กรุงนิวยอร์ก นอกจากประธานและกรรมการ แต่ก็มีการถ่ายทอดสดผ่านสื่อออนไลน์ไปทั่วโลก อาตมภาพได้บันทึกวีดิทัศน์พูดถึงประวัติการฉลองวิสาขบูชาโลก ที่สภาสากลวันวิสาขบูชาโลกจัดขึ้นที่ประเทศไทย เวียดนามและศรีลังกา อาตมภาพได้ส่งวีดิทัศน์นี้ไปร่วมฉลองวิสาขบูชาโลกที่สำนักงานใหญ่องค์การสหประชาชาติ เมื่อวานนี้ ท่านที่สนใจสามารถติดตามดูวีดิทัศน์เป็นภาษาอังกฤษที่ได้ส่งไปร่วมฉลองนั้น โดยเข้าดูได้ที่เว็บไซต์ของวัดประยุรวงศาวาส นี่เป็นการร่วมฉลองแบบนิวนอร์มอล โดยรักษาระยะห่างทางสังคม

เหตุที่องค์การสหประชาชาติร่วมกับชาวพุทธทั่วโลก จัดงานฉลองวิสาขบูชาก็เพราะว่า ในปี ๒๕๔๒ องค์การสหประชาชาติ ได้มีมติรับรองให้**วันวิสาขบูชา เป็นวันสำคัญสากลของโลก** และให้ชาวโลกร่วมกับชาวพุทธ ร่วมกันฉลองวิสาขบูชาอันเป็นวันสำคัญของโลก

---

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านทางโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๗) ในวันวิสาขบูชา วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ประจำปี ๒๕๖๔ ซึ่งอยู่ในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด ๑๙) ที่ระบาดรอบสาม ออนไลน์ ณ พระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๒๖ พฤษภาคม ๒๕๖๔

โดยองค์การสหประชาชาติได้กล่าวสดุดีองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ว่าเป็นผู้ที่สร้างอารยธรรมและสันติภาพให้แก่ชาวโลก จึงเป็นบุคคลสำคัญของโลก วันวิสาขบูชาเป็นวันที่ชาวโลกจะได้ร่วมฉลองโอกาสสำคัญในชีวิตของพระพุทธเจ้า ๓ ประการ คือ **ประสูติ ตรัสรู้ และปรินิพพาน** แต่ละเหตุการณ์เกิดขึ้นห่างกันหลายปีในวันเพ็ญเดือน ๖

ทั้งนี้สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเป็นพระบรมศาสดา ผู้ประทานคำสอนที่เป็นไปเพื่อสันติภาพของชาวโลก เราจึงได้บูชาพระพุทธองค์ในวันนี้ แต่น้อยคนจะทราบว่าพระพุทธคุณของพระพุทธเจ้านอกจากจะเป็นไปตามที่เราได้สวดสรรเสริญว่า **"อิติปิโส ภควา อรหัง สัมมาสัมพุทโธ พระองค์เป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้โดยชอบด้วยพระองค์เอง"** แล้ว ยังมีพระพุทธคุณอีกประการหนึ่งที่เราไม่ได้นำมากล่าวถึง แต่วันนี้เป็นวันวิสาขบูชา อาตมภาพขอน้อมนำเอาพระพุทธคุณประการนี้มาพรรณนา ในโอกาสที่ชาวโลกกำลังประสบภัยจากการระบาดของโรคโควิด ๑๙ พระพุทธคุณที่ว่านี้เป็นไปดังหัวข้อพระธรรมเทศนาคือ **โลกติกิจฉกกถา ว่าด้วยแพทย์ของชาวโลก** พระพุทธเจ้าไม่ใช่เป็นแต่เพียงบรมครู แต่ยังเป็นแพทย์ของชาวโลกทั้งปวง พระพุทธคุณบทนี้พระอธิมุตตเถระได้พรรณนาไว้ในเถรคาถาแห่งพระไตรปิฎก

พระอธิมุตตเถระเป็นหลานของพระสังกิจจะ มีประวัติเล่าว่า พระสังกิจจะสำเร็จเป็นพระอรหันต์ขณะเป็นสามเณร เมื่อพระสังกิจจะบวชพระได้ ๑๐ พรรษาก็ให้หลานชายของท่านชื่อว่าอธิมุตตะบวชเป็นสามเณรเพื่อให้เจริญรอยตามหลวงลุง ท่านอธิมุตตะเมื่อบวชเป็นสามเณรแล้วได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ขณะเป็นสามเณรเช่นเดียวกัน จึงขออุปสมบทเป็นพระภิกษุในพระศาสนา ก่อนจะอุปสมบท หลวงลุงส่งกลับบ้านให้ไปลาโยมบิดามารดา

ระหว่างเดินทางกลับบ้าน ท่านอธิมุตตะต้องผ่านเข้าไปในป่าตามลำพัง ท่านถูกพวกโจรป่าจับมัดเพื่อบูชายัญบนกองไฟ แต่ท่านอธิมุตตะหาได้มีความหวาดหวั่นไม่ พวกโจรแปลกใจถามว่า "ทำไมท่านไม่กลัวตาย ตอนจะถูกบูชายัญ คนทั้งหลายร้องไห้กันทั้งนั้น แต่ทำไมท่านไม่แสดงอาการหวาดกลัว"

ท่านอธิมุตตะตอบว่าท่านไม่กลัวตายเพราะได้ลิ้มรสพระธรรมที่สอนใจไม่ให้กลัวความตาย ดังพระบาลีว่า

"ติณกฏฺฐสมํ โลกํ ยทา ปญฺญาย ปสฺสติ
มมตฺตํ โส อสํวินฺทํ นตฺถิ เมติ น โสจติ"

"เวลาใดบุคคลพิจารณาเห็นว่าสังขารโลกคือร่างกายของตนเป็นเหมือนกอหญ้าและท่อนไม้ เวลานั้นเขาจะไม่มีความยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวฉันของฉัน และไม่เศร้าโศกว่าไม่มีตัวฉันของฉัน"

หมายความว่า เมื่อใดก็ตามที่เราไม่มีความยึดมั่นถือมั่นในตัวเราของเรา คือพิจารณาเห็นตัวเราเองไม่ต่างจากกอหญ้าและท่อนไม้ เมื่อนั้นก็ไม่มีตัวเราผู้เจ็บป่วย ไม่มีตัวเราผู้จะต้องตาย

และไม่เศร้าโศกที่สูญเสียตัวเราของเรา ท่านอธิมุตตะมีความไม่ยึดมั่นถือมั่นอย่างนี้จึงไม่มีอะไรจะต้องกลัวเมื่อจะถูกฆ่าบูชายัญ เมื่อพิจารณาเห็นอนัตตาอย่างนี้ท่านอธิมุตตะจึงไม่กลัวตาย

พวกโจรอัศจรรย์ใจในคำตอบนี้ เห็นว่าท่านอธิมุตตะไม่กลัวตายจริง ๆ แม้จะถูกพวกตนคุกคามจะเอาชีวิตท่านก็ยังมีสีหน้าผ่องใส พวกโจรจึงถามว่า "ท่านบวชในศาสนาของใคร ใครเป็นศาสดาของท่าน"

ท่านอธิมุตตะตอบว่า **"มหาการุณิโก สตฺถา สพฺพโลกติกิจฺฉโก"** ดังพระบาลีที่อาตมภาพยกเป็นนิกเขปบท ณ เบื้องต้น แปลความว่า **"พระศาสดาของเราเป็นผู้มีพระกรุณาคุณอันยิ่งใหญ่ทรงเป็นแพทย์ผู้รักษาโรคให้ชาวโลกทั้งปวง"** พวกโจรฟังคำตอบท่านอธิมุตแล้วเกิดความเลื่อมใสในพระรัตนตรัย จึงไว้ชีวิตท่านอธิมุตตะ ต่อมาได้ขอบวชเป็นพระติดตามท่านอธิมุตตะ

ในพระบาลีที่อ้างมานั้น ท่านอธิมุตตะได้กล่าวสรรเสริญพระพุทธเจ้าว่า **"สพฺพโลกติกิจฺฉโก"** แปลว่า **"เป็นแพทย์ผู้รักษาโรคให้ชาวโลกทั้งปวง"** หมายความว่า ขณะที่พระพุทธองค์ปฏิบัติหน้าที่ของบรมศาสดาก็ทรงแจกธรรมโอสถหมายถึงยาคือธรรมสำหรับรักษาโรคให้ชาวโลกทั้งปวงไปด้วย ดังที่เราสวดมนต์บูชาธรรมโอสถว่า **"สกฺกตฺวา ธมฺมรตนํ โอสถํ ข้าพเจ้าขอสักการะพระธรรมรัตนะซึ่งเป็นโอสถ"**

คำว่า **"โรค"** เป็นภาษาบาลี แปลว่า **"สิ่งที่เสียดแทง"** มี ๒ ประเภท คือ (๑) **กายิกโรค** โรคทางกาย (๒) **เจตสิกโรค** โรคทางจิตใจ คนในโลกนี้ป่วยเป็นโรคทั้งสองประการ คือเป็นโรคทางกาย และโรคทางจิตใจ บางคนป่วยเป็นโรคทางกาย เช่น ติดโควิด ๑๙ แล้วป่วยเป็นโรคทางจิตใจด้วยโรคเครียด อันนี้เรียกว่า โรคทางกายทำให้เกิดโรคทางจิตใจ ท่านเปรียบโรคเป็นเหมือนลูกศรตรงกับภาษาบาลีว่า **สลฺล** แปลว่า **ลูกศร** นั่นคือ ลูกศรเสียบแทงกายเป็นโรคทางกาย ลูกศรเสียบแทงใจก็เป็นโรคทางจิตใจ

โรคทางกายเป็นเหตุให้เกิดโรคทางจิตใจ นั่นคือ เมื่อเราตีโพยตีพายว่าทำไมต้องเจ็บป่วยทางกาย นั่นเท่ากับว่า โรคทางกายทำให้เป็นโรคทางจิตใจ เช่น บางคนพอทราบว่าตนป่วยเป็นมะเร็งระยะสุดท้าย รู้สึกเครียดมาก ถึงกับพยายามฆ่าตัวตาย นี่คือโรคทางกายทำให้เกิดโรคทางจิตใจ

บางครั้งโรคทางจิตใจ ทำให้เกิดโรคทางกายก็มี คนที่เครียดหนักเพราะกลัวติดโรคโควิด ๑๙ แล้วเครียดจนนอนไม่หลับ ความเครียดเป็นโรคทางจิตใจ พอนอนไม่หลับ สุขภาพกายเสื่อมโทรมก็เกิดโรคทางกายตามมา เรียกว่า Psychosomatic คือเป็นโรคทางกายที่เนื่องมาจากสภาพทางจิตใจ คนที่เครียดมากมักจะเป็นโรคปวดหัวแบบไมเกรน โรคภูมิแพ้ตัวเอง หรือโรคกระเพาะนี่เรียกว่าโรคทางจิตใจทำให้เกิดโรคทางกาย

โรคทางกายและโรคทางจิตใจมักเกี่ยวเนื่องถึงกัน ถ้าเราดูแลรักษาร่างกายไม่ดีพอจะทำให้เจ็บป่วยทางจิตใจ ถ้าดูแลรักษาจิตใจไม่ดีพอก็จะทำให้เจ็บป่วยทางกาย พระพุทธเจ้าทรงเป็นแพทย์ที่ดูแลสุขภาพกายและสุขภาพใจแบบองค์รวม ต่างจากแพทย์ทางโลกที่มักดูแลสุขภาพ

แบบแยกส่วน คือแพทย์ทั่วไปดูแลสุขภาพกายอย่างเดียว ในขณะที่จิตแพทย์ก็ดูแลสุขภาพจิตอย่างเดียว เพราะฉะนั้นแพทย์ทางโลกมักแยกส่วนกันรักษาโรค แต่พระพุทธเจ้าทรงให้การรักษาแบบองค์รวม คือดูแลทั้งร่างกายและจิตใจที่เรียกเป็นคำรวมว่า นามรูป

นามรูปคือจิต รูปคือร่างกาย นามรูปเป็นองค์รวมแห่งความเป็นบุคคลที่ไม่แยกจากกัน ธรรมโอสถมีไว้สำหรับดูแลรักษานามรูปของคน ธรรมโอสถใช้กับคนที่ป่วยทางจิตใจอย่างนางปฏาจาราก็ได้ และใช้กับคนที่ป่วยทางกายอย่างนกุลบิดาก็ได้ พระพุทธเจ้าประทานธรรมโอสถแก่พราหมณ์ชื่อว่านกุลบิดา ผู้เจ็บป่วยเป็นโรคชราว่า "ท่านพึงศึกษาอย่างนี้ว่า **อาตุรกายสฺส เม สโต จิตฺตํ อนาตุรํ ภวิสฺสติ** แม้ร่างกายของเราจะป่วยกระเสาะกระแสะ แต่จิตใจของเราจักไม่กระสับกระส่าย" พูดง่าย ๆ ว่า แม้จะป่วยกายแต่ไม่ยอมป่วยใจ

ป่วยกายคือ ถูกลูกศรดอกที่หนึ่งเสียบแทงที่กาย อย่าซ้ำเติมตัวเองด้วยการป่วยใจ คือถูกลูกศรดอกที่สองเสียบแทงใจ ลูกศรดอกเดียวเสียบแทงกายก็หนักหนาอยู่แล้ว อย่าเสียบแทงใจด้วยลูกศรดอกที่สองซ้ำเข้าไปอีก เพราะจะยิ่งทำให้ทุกข์มากขึ้น อาการป่วยกายด้วยโรคโควิด ๑๙ ก็หนักหนาสาหัสอยู่แล้ว อย่าเพิ่มความป่วยทางจิตใจเข้าไปอีก ดังบทโคลงที่อาตมภาพได้แต่งไว้ว่า

เจ็บกายเพราะป่วยไข้ โควิด
เสมือนหนึ่งลูกศรพิษ ขบขย้ำ
หากเสียสุขภาพจิต ทรุดหนัก
เจ็บดั่งศรสองซ้ำ เสียบเข้ากลางทรวง

พระพุทธเจ้าประทานธรรมโอสถ เพื่อให้ถอนลูกศรทั้งสองดอก ยามวิกฤตที่โควิด ๑๙ ระบาดทั่วโลกเช่นนี้นับเป็นโอกาสที่ชาวโลกจะได้นำเอาธรรมโอสถมาแจกจ่ายให้ทั่วถึงกัน ธรรมโอสถจะช่วยได้ดีก็ต่อเมื่อใช้ให้ถูกต้องตามขั้นตอน เรียกว่า สัมมัปปธาน คือความเพียรชอบ ๔ ประการ ดังนี้

ขั้นตอนที่ ๑ **สังวรปธาน** เพียรระวังป้องกันอย่าให้เป็นโรคทางกายหรือโรคทางจิตใจ ไม่ว่าจะเป็นโรคโควิด ๑๙ หรือโรคซึมเศร้า

ขั้นตอนที่ ๒ **ปหานปธาน** เพียรบำบัดรักษาเมื่อเกิดโรคแล้ว เช่น ติดโควิด ๑๙ แล้วต้องรีบรักษาให้หายขาดโดยเร็ว

ขั้นตอนที่ ๓ **ภาวนาปธาน** เพียรดูแลสุขภาพให้แข็งแรงอยู่เสมอด้วยการออกกำลังและนั่งกรรมฐาน รวมทั้งฉีดวัคซีนทางกายเพื่อกระตุ้นภูมิคุ้มกันทางกาย และฉีดวัคซีนทางจิตเพื่อกระตุ้นภูมิคุ้มกันกิเลส

ขั้นตอนที่ ๔ **อนุรักขนาปธาน** เพียรดูแลรักษาตัวเองเพื่อให้มีสุขภาพดีทั้งกายและใจ เข้าทำนองที่ว่า "จิตใจที่แจ่มใสอยู่ในร่างกายที่สมบูรณ์ (A sound mind in a sound body)"

อาตมภาพได้แต่งโคลงสรุปความหมายของปธาน ๔ ไว้ดังนี้

เพียรสังวรก่อนสร้าง ปัญหา
เพียรปหานทำถึงครา ปรับแก้
เพียรเจริญเร่งภาวนา คือพัฒ-นาเฮย
เพียรอนุรักษ์รวมแล้ สี่ข้อปธาน

ความเพียรทั้งสี่ประการนี้ เป็นขั้นตอนในการที่จะสู้กับโรคทางกายและโรคทางจิตใจ ในขณะที่เรากำลังเผชิญวิกฤตจากการระบาดของโควิด ๑๙ เราจะต้องสู้กับโรคระบาดนี้ตามขั้นตอนความเพียร ๔ ประการ ดังจะเห็นได้ว่า ข้อที่ ๑ **สังวรปธาน** เพียรระวังอย่าให้ติดเชื้อโควิด ๑๙ เพราะหากคนไทยปล่อยตัวให้ติดโควิด ๑๙ ตอนนี้โรคระบาดอาจจะลามไปทั่วประเทศไทยแล้วก็ได้ ดังนั้นเราต้องพร้อมเพรียงกันใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ รักษาระยะห่างทางสังคม ไม่เข้าไปในสถานที่เสี่ยง นี่คือสังวรปธาน

น่าเสียดายที่คนไทยบางกลุ่มไม่ทำสังวรปธาน คือไม่ระมัดระวัง ไม่ใส่หน้ากากอนามัย ขณะเล่นการพนัน หรือตอนเข้าคลับเข้าบาร์สนุกสนานจนลืมกลัวตาย โควิด ๑๙ จึงแพร่ระบาดไปทั่วอย่างทุกวันนี้ การขาดสังวรปธานทำให้ติดโควิดสายพันธุ์อังกฤษอย่างรวดเร็ว ซึ่งคนไข้จะต้องรีบเข้ารับการรักษาให้ทันท่วงที เพราะถ้าติดโควิดสายพันธุ์จีนแบบปีที่แล้วใช้เวลาหลายสัปดาห์กว่าคนไข้จะตาย แต่ถ้าติดโควิดสายพันธุ์อังกฤษแค่สัปดาห์เดียวคนไข้ก็ตายแล้ว

ขั้นตอนการรักษาโรคโควิด ๑๙ จัดเป็น**ปหานปธาน** ตอนแรกถ้าคนไข้ยังไม่แสดงอาการมาก จมูกยังได้กลิ่น ก็ใช้ฟ้าทะลายโจรรักษาในเบื้องต้น บางทีก็ให้ยาแก้ไข้ แก้หวัด แต่พอเป็นโควิดสายพันธุ์อังกฤษ เรารอนานไม่ได้เพราะเชื้อลงปอดเร็วทำให้รักษาไม่ทัน คนจึงตายกันมากขึ้น ฉะนั้นตอนนี้หมอจึงให้ยา**ฟาวิพิราเวียร์** ซึ่งไม่ใช่ยารักษาโดยตรง ขณะนี้ยังไม่มียารักษาโควิด ๑๙ ยาฟาวิพิราเวียร์ผลิตมานานแล้วเพื่อรักษาไข้หวัดใหญ่ เมื่อจีนติดโควิดเป็นประเทศแรก ก็มีการทดลองใช้ยาสารพัด ผลปรากฏว่ายาฟาวิพิราเวียร์ยับยั้งอาการปอดอักเสบได้ดี ยานี้ผลิตที่ญี่ปุ่นโดยบริษัทฟูจิฟิล์มที่เจอวิกฤตเนื่องจากกล้องถ่ายภาพและฟิล์มขายไม่ได้ บริษัทจึงหันไปผลิตเครื่องถ่ายภาพเอกซ์เรย์เอ็มอาร์ไอ สำหรับถ่ายภาพร่างกายของคนเพื่อตรวจหามะเร็ง โรคหัวใจ เป็นต้น ซึ่งช่วยให้ตรวจพบโรคร้ายได้เร็วขึ้น นอกจากจะทำอุปกรณ์ทางการแพทย์แล้ว บริษัทฟูจิฟิล์มยังได้ผลิตยาฟาวิพิราเวียร์รักษาไข้หวัดใหญ่ไปด้วย แต่ช่วงต้นขายยานี้ไม่ได้เพราะทางการญี่ปุ่นยังไม่ให้การรับรอง แต่ประเทศจีนได้นำยานี้ไปทดลองรักษาโรคโควิด ๑๙ ปรากฏว่าใช้ได้ผลดี ยาฟาวิพิราเวียร์จึงขายดีมาก บริษัทฟูจิฟิล์มเร่งผลิตยากันใหญ่ โดยไม่ต้องรอการรับรองจากทางการของญี่ปุ่น

ในประเทศไทยตอนนี้ สำหรับคนแก่และคนที่เป็นโรคกลุ่มเสี่ยงที่ติดโควิด เขาจะแจกยา**ฟาวิพิราเวียร์**ให้ทันที คนไข้หนึ่งคนใช้ยานี้ประมาณ ๗๐ เม็ด ตอนนี้มีคนติดโควิดกันเยอะมาก

ทำให้ยาไม่เพียงพอ การทำปหานปธาน คือรักษาโรคชักไม่ทันการณ์ เพราะว่ายาฟาวิพิราเวียร์มีจำกัด ทางองค์การเภสัชกรรมอยากจะผลิตยานี้เอง แต่ก็มีผู้แทนจากญี่ปุ่นมาขอจดสิทธิบัตรยาตัวนี้ในประเทศไทย หากว่าทางการของไทยยอมให้ญี่ปุ่นจดสิทธิบัตรได้ เราต้องซื้อยานี้จากต่างประเทศด้วยราคาแพงมาก มีข่าวว่าเมื่อไม่นานมานี้ ทางการไทยไม่อนุญาตให้ญี่ปุ่นจดสิทธิบัตรยาตัวนี้โดยอ้างว่าไม่มีขั้นตอนในการผลิตที่ซับซ้อน หากทางบริษัทยาญี่ปุ่นไม่อุทธรณ์ ประเทศไทยก็จะมียาฟาวิพิราเวียร์ ที่ผลิตเองโดยองค์การเภสัชกรรม

จะเป็นการดีกว่าถ้าคนไทยไม่ติดโควิด และไม่ต้องใช้ยาฟาวิพิราเวียร์ นั่นคือเราต้องหมั่นทำภาวนาปธาน คือการดูแลรักษาสุขภาพให้แข็งแรง เพื่อที่เราจะไม่ติดโควิด ๑๙ คนไทยทั้งประเทศต้องเสริมภูมิคุ้มกันโควิดด้วยการฉีดวัคซีน ตอนนี้ไทยมีวัคซีนซิโนแวคเข้ามาจากจีน ๖ ล้านเข็ม ขอให้ฉีดกันไปก่อน เพราะถ้าฉีดวัคซีนนี้แล้ว แม้จะติดโควิดหลังจากนั้น คนไข้จะไม่ป่วยหนักถึงกับเข้าโรงพยาบาล อย่างน้อยวัคซีนซิโนแวคก็ช่วยให้ไม่ป่วยหนักและไม่ตาย

วัคซีนที่ไทยจะได้มาอีกในวันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๔ ก็คือแอสตร้าเซนเนก้า บริษัทที่ผลิตยานี้ในไทยพร้อมส่งมอบให้งวดแรก ๖ ล้านเข็ม หลังจากนั้นจะส่งมอบอีกเดือนละ ๑๐ ล้านเข็ม จนครบ ๖๑ ล้านเข็มตอนสิ้นปีนี้ เนื่องจากคนไทยต้องฉีดคนละ ๒ เข็ม ดังนั้น คนไทย ๓๐ ล้านคนจะได้ฉีดแอสตร้าเซนเนก้าภายในสิ้นปี เมื่อบวกกับคนที่ได้ฉีดซิโนแวคอีก ๓ ล้านคน รวมคนไทยที่จะได้ฉีดวัคซีน ๓๓ ล้านคน ซึ่งยังไม่พอที่จะสร้างภูมิคุ้มกันหมู่ รัฐบาลตั้งเป้าว่าคนไทยปีนี้จะต้องได้ฉีดวัคซีน ๕๐ ล้านคนจึงจะได้ภูมิคุ้มกันหมู่ ตอนนี้พระสงฆ์วัดประยุรวงศาวาสทยอยกันไปฉีดวัคซีนที่โรงพยาบาลสงฆ์ เจ้าอาวาสได้ไปฉีดวัคซีนแอสตร้าเซนเนก้าเป็นรูปแรกเมื่อวันที่ ๗ เมษายนที่ผ่านมา จากนั้นพระลูกวัดก็ทำตามเจ้าอาวาสด้วยการทยอยกันไปฉีดวัคซีน ขณะนี้พระสงฆ์วัดประยุรวงศาวาสกว่า ๖๐ เปอร์เซ็นต์ได้ฉีดวัคซีนแล้ว นี่เรียกว่า **ภาวนาปธาน**

ขั้นตอนสุดท้ายคือ **อนุรักขนาปธาน** หมายความว่าให้รักษาความดีเหมือนเกลือรักษาความเค็ม นั่นคือ คนไทยต้องใช้ชีวิตวิถีใหม่ให้เป็นปกติ แม้ว่าภายในสิ้นปีนี้ประเทศไทยจะฉีดวัคซีนครบตามเป้า คนไทยสามารถกลับมาทำธุรกิจได้ตามปกติ แต่ประมาทไม่ได้ คนไทยยังจะต้องใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบนิวนอร์มอลต่อไป คือต้องใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ รักษาระยะห่างทางสังคม แม้ว่าคนส่วนใหญ่จะฉีดวัคซีนกันแล้ว แต่วัคซีนป้องกันติดโควิดไม่ได้ ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ คนที่ฉีดวัคซีนแล้วอาจจะติดโควิดสายพันธุ์อินเดียและสายพันธุ์แอฟริกาก็ได้ เพราะฉะนั้นต้องใช้ชีวิตวิถีใหม่กันต่อไป นี่เรียกว่าอนุรักขนาปธาน

ทั้งหมดที่ว่ามานี้เป็นขั้นตอนในการใช้ธรรมโอสถต้านภัยโควิด ๑๙ ธรรมโอสถจะมีผลดีต่อเมื่อนำไปใช้ปฏิบัติตามขั้นตอนดังกล่าวมา พระพุทธเจ้าตรัสว่า **“อกฺขาโต โว มยา มคฺโค อญฺาณย สลฺลสตฺถนํ** หนทางเพื่อสลัดลูกศร เราตถาคตรู้แล้วจึงบอกแก่ท่านทั้งหลาย **ตุมฺเหหิ กิจฺจํ อาตปฺปํ**

ท่านทั้งหลายต้องลงมือปฏิบัติ คือถอนลูกศรด้วยตนเอง อกฺขาตาโร ตถาคตา เพราะตถาคตเป็นแต่เพียงผู้บอกทาง”

เพราะฉะนั้น คนที่รักตัวกลัวตาย ต้องใช้ธรรมโอสถในการดำเนินชีวิต และทำตามข้อแนะนำเรื่องชีวิตวิถีใหม่ ถ้าเราไม่ลงมือทำ เราก็ทุกข์เอง แต่กระนั้นก็ดี เวลาที่เราลงมือทำ เราต้องช่วยตัวเองด้วย หากรอแต่ให้คนอื่นมาช่วยเพราะคิดแบบปัดความรับผิดชอบ ว่าเรื่องการกินอยู่เป็นเรื่องของเรา ส่วนเรื่องรักษาโรคเป็นเรื่องของหมอ หากมัวแต่รอให้หมอมารักษาโควิด บางทีก็ไม่ทันการณ์ เพราะปอดพังไปแล้ว หรือแม้จะหายจากโควิดก็มีปัญหาสุขภาพอื่นตามมาอีกนาน เพราะว่าโควิดทำลายภูมิคุ้มกัน ในที่สุดทำให้เป็นโรคอื่นด้วย โรคนี้จึงมีผลร้ายตามมามากมาย ฉะนั้นอย่าประมาท จงคิดช่วยดูแลรักษาตัวเองด้วย แม้แต่ควายยังรู้จักช่วยตัวเองเลย ดังข่าวต่อไปนี้

เมื่อวันที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๖๔ ที่จังหวัดนครนายก มีควายเผือกตัวหนึ่ง อายุ ๓ ปี หากินหญ้าอยู่ในทุ่งนา แล้วเดินเลยเข้าไปในสวนมะม่วงที่อยู่ติดกัน ในสวนนั้นมีบ่อบาดาลลึกสามเมตรครึ่ง เป็นบ่อกลมที่มีวงคอนกรีตซ้อนกันเป็นชั้น ๆ ควายตัวนี้พลาดตกลงไปในบ่อ มันร้องดังลั่นจากก้นบ่อ เจ้าของสวนได้ยินเสียงควายร้องก็มาสำรวจดูพบว่าควายตกบ่อ จึงไปบอกเจ้าของควายแจ้งกู้ชีพตำบลให้มาช่วยควายตกบ่อ ทางกู้ชีพได้ใช้รถมายกวงคอนกรีตออกไป ๒ วง เกิดปัญหาว่าจะพาควายขึ้นจากบ่อได้อย่างไร ฝ่ายดับเพลิงตำบลส่งรถดับเพลิงมา ๒ คัน บรรทุกน้ำมาเต็มคันรถ ฉีดน้ำลงไปให้น้ำท่วมจากก้นบ่อขึ้นมา เนื่องจากควายว่ายน้ำได้ มันจึงลอยตัวขึ้นมาตามระดับน้ำ ควายไม่ยอมให้น้ำท่วมหัวตัวเอง มันใช้ขาทั้งสี่ข้างถีบน้ำจนตัวลอยตามระดับน้ำขึ้นมาถึงขอบปากบ่อ จากนั้นควายก็เดินออกจากขอบปากบ่อ ควายปลอดภัยเพราะมันรู้จักช่วยตัวเอง

มนุษย์ย่อมฉลาดกว่าควาย ดังนั้นมนุษย์นอกจากจะช่วยตัวเองให้ปลอดภัยจากโควิด ๑๙ แล้วยังสามารถช่วยคนอื่นให้ปลอดภัยอีกด้วย สมดังพระบาลีที่ว่า **“อตฺตานํ รกฺขนฺโต ปรํ รกฺขติ ผู้รักษาตนชื่อว่ารักษาคนอื่น ปรํ รกฺขนฺโต อตฺตานํ รกฺขติ ผู้รักษาคนอื่นก็ชื่อว่ารักษาตน”** ดังมีเรื่องเล่าว่า

ชายสองคนพี่น้องช่วยกันทำนาในที่ดินผืนเดียวกัน พี่ชายแต่งงานมีครอบครัวแล้ว ส่วนน้องชายยังเป็นโสด ทั้งสองสร้างบ้านคนละหลังมีรั้วคั่นกลาง พวกเขาทำนาผืนเดียวกัน เมื่อได้ผลผลิตเป็นข้าวเปลือกก็แบ่งคนละครึ่งเท่ากัน วันหนึ่งน้องชายคิดว่า “เราเป็นคนโสดยังไม่มีครอบครัว ส่วนพี่ชายแต่งงานแล้วมีลูกหลายคน เขาต้องการข้าวเปลือกจำนวนมากเอาไว้เลี้ยงดูครอบครัว มันไม่ถูกต้องที่เราจะแบ่งข้าวเท่ากัน พี่ชายควรได้ส่วนแบ่งมากกว่า”

พอตกกลางคืน น้องชายได้นำกระสอบไปใส่ข้าวเปลือกจนเต็มแล้วแอบแบกกระสอบเข้าไปในบ้านของพี่ชาย จากนั้น เขาเทข้าวเปลือกทั้งหมดที่มีในกระสอบเข้าไปในยุ้งข้าวของพี่ชาย เขาทำอย่างนี้ทุกคืน

ฝ่ายพี่ชายคิดว่า "เราแต่งงานมีลูกหลายคนแล้ว เวลาแก่เฒ่าเรายังมีครอบครัวคอยดูแล แต่น้องชายเราอยู่คนเดียวไม่มีครอบครัว เมื่อแก่เฒ่าใครจะดูแล เขาจะเอาเงินที่ไหนมารักษาเวลาเจ็บไข้ เพราะฉะนั้น เราไม่ควรเอาเปรียบน้องชาย มันไม่ถูกต้องที่เราจะแบ่งข้าวเท่ากัน น้องชายควรได้ส่วนแบ่งมากกว่า"

พอตกกลางคืน พี่ชายได้นำกระสอบไปใส่ข้าวเปลือกจนเต็มแล้วแอบแบกกระสอบเข้าไปในบ้านของน้องชาย จากนั้น เขาเทข้าวเปลือกทั้งหมดที่มีในกระสอบเข้าไปในยุ้งข้าวของน้องชาย เขาทำอย่างนี้ทุกคืน

เวลาผ่านไปหลายวัน พี่น้องคู่นี้รู้สึกประหลาดใจว่าทำไมข้าวเปลือกในยุ้งจึงไม่พร่องสักที จนกระทั่งคืนหนึ่ง ขณะที่ชายทั้งคู่กำลังแบกกระสอบข้าวเปลือกเพื่อเอาไปใส่ยุ้งให้อีกฝ่ายหนึ่ง พวกเขาเดินชนกันจึงรู้ว่าที่ข้าวเปลือกในยุ้งไม่พร่องเลย ก็เพราะต่างคนต่างขนข้าวเปลือกไปให้กันและกันนี่เอง เมื่อฝ่ายหนึ่งแอบให้ข้าวเปลือกไป ๑ กระสอบ อีกฝ่ายหนึ่งก็แอบให้ข้าวเปลือก ๑ กระสอบกลับคืนมา

เรื่องเล่านี้ทำให้นึกถึงพุทธภาษิตที่ว่า **"ปูชโก ลภเต ปูชํ บูชาเขาย่อมได้รับการบูชาตอบ วนฺทโก ปฏิวนฺทนํ ไหว้เขาย่อมได้รับการไหว้ตอบ"** ซึ่งสอดคล้องกับโคลงโลกนิติต่อไปนี้

ให้ท่านท่านจักให้ ตอบสนอง
นบท่านท่านจักปอง นอบไหว้
รักท่านท่านควรครอง ความรัก เรานา
สามสิ่งนี้เว้นไว้ แต่ผู้ทรชน

ตรงกันข้าม ผู้ไม่รักษาตนชื่อว่าไม่รักษาคนอื่น และผู้ไม่รักษาคนอื่นชื่อว่าไม่รักษาตน ดังมีเหตุการณ์เกิดขึ้นเมื่อเดือนเมษายนที่ผ่านมา ประเทศอินเดียจัดงานใหญ่ทางศาสนาซึ่ง ๑๒ ปีมีครั้งหนึ่ง เรียกว่ากุมภเมลา ในเทศกาลนี้ คนฮินดูลงไปอาบน้ำล้างบาปในแม่น้ำคงคาพร้อมกัน ปีนี้รัฐบาลอินเดียยอมอนุญาตให้คนมากกว่าสี่ล้านคนลงไปอาบน้ำในแม่น้ำคงคาช่วงเทศกาลกุมภเมลา หลังจากนั้นโควิด ๑๙ ระบาดอย่างหนัก นักบวชฮินดูผู้เป็นประธานในพิธีนี้ติดโควิดและเสียชีวิตเมื่อวันที่ ๑๙ เมษายน อินเดียมีผู้ติดเชื้อโควิด ๑๙ ในระยะนี้วันละสามแสนคน และมีคนตายจำนวนมากจนสถานที่เผาศพไม่เพียงพอ

ประเทศไทยก็ประสบปัญหาโควิด ๑๙ ระบาดหนักในช่วงสงกรานต์ที่ผ่านมา คนจำนวนมหาศาลเคลื่อนย้ายออกจากกรุงเทพฯ ไปทั่วประเทศ พวกเขานำเอาเชื้อโควิดไปฝากญาติมิตรในต่างจังหวัด ซึ่งเป็นเหตุให้โควิดระบาดอย่างหนักจนคุมไม่อยู่มาถึงทุกวันนี้ ทางออกจากวิกฤตนี้คือ รีบฉีดวัคซีน อย่างที่พระสงฆ์วัดประยุรวงศาวาสได้ทำมาแล้ว

วันนี้เป็นวันวิสาขบูชา ทางวัดประยุรวงศาวาสได้จัดเทศน์ออนไลน์ แจกธรรมโอสถ ตามแบบอย่างที่พระพุทธเจ้าได้ทำไว้ในฐานะที่พระองค์ได้ชื่อว่า **"สพฺพโลกติกิจฺฉโก แพทย์ผู้รักษาโรคให้ชาวโลกทั้งปวง"** ดังพรรณนามา พอสมควรแก่เวลา

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ขอเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และอำนาจแห่งบุญกุศลทั้งปวง พร้อมทั้งบารมีธรรมของหลวงพ่อพระพุทธธรรมวิเชษฐศาสดา พระประธานในพระอุโบสถนี้ หลวงพ่อพระพุทธนาคอันศักดิ์สิทธิ์ ในพระวิหาร พระบรมสารีริกธาตุบนพระเจดีย์ ของจงมารวมกัน เป็นตบะ เป็นเดชะ พลวปัจจัย อำนวยอวยพรให้ท่านทั้งหลายจงเจริญงอกงามไพบูลย์ยิ่ง ๆ ขึ้นไป ในร่มธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แคล้วคลาดปราศจากทุกข์ โศก โรค ภัย อุปัทวันตรายทั้งปวง เจริญยิ่งด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ ธรรมสารสมบัติ ธนสารสมบัติ ปรารถนาสิ่งใดที่ชอบประกอบด้วยธรรม ขอให้ความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จ สมมโนรถ มุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนา **ในโลกติกิจฉกกถา ว่าด้วยแพทย์ของชาวโลก** พอสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

ทักไขยกถา
ว่าด้วยทักษะชีวิต*

ทกฺเขยฺเยกปทํ ตาต อเนกตฺถปทนิสฺสิตนฺติ ฯ

(ขุ. ชา. ๑๙/๓๒๖)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนา ใน**ทักไขยกถา ว่าด้วยทักษะชีวิต** เพื่อเป็นเครื่องประดับประคองฉลองศรัทธาประดับปัญญาบารมี อนุโมทนากุศลบุญราศี ของท่านพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ผู้ตั้งใจฟังพระธรรมเทศนาในวันนี้ อันตรงกับวันพระ เป็นวันฟังธรรม มีความไม่ประมาทในชีวิต แม้จะไม่ได้มาที่วัดประยุรวงศาวาส ก็ติดตามการถ่ายทอดทางออนไลน์ เพื่อที่จะได้ปัญญาจากการฟังธรรม ดังพระบาลีว่า **"สุสฺสูสํ ลภเต ปญฺญํ ฟังด้วยดีย่อมได้ปัญญา"** ปัญญาที่เกิดจากการฟังธรรมนี้ ทำให้ได้ทักษะชีวิต

คำว่า ทักษะ หมายถึงความชำนาญ ความเชี่ยวชาญ **ทักษะชีวิต** หมายถึง ความชำนาญในการดำรงชีวิต แม้จะเผชิญปัญหาอุปสรรค เช่น โควิด ๑๙ คนที่มีทักษะชีวิตก็จะผ่านพ้นไปได้ ส่วนคนที่ขาดทักษะชีวิต ก็ผ่านพ้นด้วยความลำบาก บางทีเอาตัวเองไม่รอด

วิกฤตอันเกิดจากโควิด ๑๙ เป็นการทดสอบทักษะชีวิตของมนุษย์ เป็นข้อสอบใหญ่ และอาจจะเป็นห้องเรียนใหญ่ของชาวโลก เมื่อเจอโควิดเป็นโรคระบาดไปทั่วโลกอย่างนี้ เราจะข้ามพ้นไปได้อย่างไร สติปัญญาจะสู้ไหวหรือไม่ กำลังใจที่จะเผชิญกับโควิด ๑๙ ถดถอยหรือยัง คนไทยเจอโควิด ๑๙ มาถึงระลอกที่ ๓ เป็นอย่างไร ยังสู้ไหวเหมือนตอนระลอกที่ ๑ และที่ ๒ หรือไม่ เหล่านี้สะท้อนถึงทักษะชีวิต

คำว่า **ทักษะ** เป็นศัพท์บัญญัติที่ใช้หมายถึงคำในภาษาอังกฤษว่า Skill แปลว่า ความเชี่ยวชาญ ความชำนาญ แต่ความเชี่ยวชาญ ความชำนาญที่บัญญัติใช้นั้น ไม่ตรงกับศัพท์ธรรมะที่จะเทศน์ในวันนี้เสียทีเดียว เพราะคำว่าทักษะ ในสันสกฤต ตรงกับภาษาบาลีว่า **ทกฺข** แปลว่า ความขยัน คนที่ขยัน ท่านเรียกว่ามีทักษะ เราจึงมักแปลคำว่า "**ทกฺโข** ผู้ขยัน **ทกฺเขยฺย** ความขยัน" แต่มีข้อที่ต้องขยายความว่า คำว่า "**ทกฺข** หรือทักษะ" ไม่ใช่วิริยะ ซึ่งเป็นความขยันหรือความเพียรธรรมดา แต่ทักษะที่หมายถึงญาณสัมปยุตวิริยะ แปลว่า **"ความขยันที่ประกอบด้วยปัญญา"**

---

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านทางโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระแรม ๑๔ ค่ำ เดือน ๗) ซึ่งอยู่ในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด ๑๙) ที่ระบาดรอบสาม ออนไลน์ ณ พระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๙ มิถุนายน ๒๕๖๔

ดังนั้น คนที่มีทักษะหรือทักขะตามนัยภาษาบาลีหมายถึงคนที่มีวิริยะหรือความเพียรที่ใช้ปัญญากำกับ ความเพียรมี ๒ อย่างคือ ๑) ความเพียรที่มีปัญญากำกับ ๒) ความเพียรที่ไม่มีปัญญากำกับ คำว่าทักษะในภาษาพระหมายถึงความเพียรประเภทแรกคือ ความเพียรที่มีปัญญากำกับ พูดง่าย ๆ ว่า ทักษะหมายถึงความขยันบวกความฉลาด คนมีทักษะ คือ คนที่ขยันอย่างฉลาด

คนที่มีทักษะชีวิต คือ คนที่มีความรู้และลงมือทำตามความรู้นั้น บางคนมีแต่ความรู้ที่อยู่ในตำรา เรียนจบแล้วไม่ได้เอาความรู้นั้นมาใช้ในชีวิตจริง ความรู้นั้นก็ไม่มีประโยชน์ เขาขาดทักษะ ดังนั้นเป้าหมายของการศึกษาจึงต้องการให้คนเรามีทักษะคือมีทั้งความรู้และการปฏิบัติ หมายถึงเป็นคนที่ฉลาดและขยัน ซึ่งต่างจากคนโง่แต่ขยันที่มีวิริยะ แต่ขาดปัญญา วิริยะหรือความเพียรหมายถึงความกล้า (วีรานํ ภาโว) คนกล้าที่ขาดปัญญาเรียกว่าคนบ้าบิ่น

คนมีทักษะชีวิตจึงหมายถึงคนที่ทั้งฉลาดและขยัน ในสถานการณ์โควิด เขาขยันทำงานก็จริง แต่ไม่ใช่สักแต่ว่าทำธุรกิจแบบโง่ ๆ ถ้าทำแบบนั้นเขาก็จะนำเอาโควิดมาติดคนอื่น แม้จะขยัน เขาก็ขยันอย่างฉลาด ปรับตัวเข้ากับนิวนอร์มอล วิถีชีวิตใหม่ ด้วยการใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ รักษาระยะห่างทางสังคม ขยันค้าขาย ขยันทำธุรกิจ สามารถที่จะทำงานจากที่บ้าน Work from Home อยากจะฟังเทศน์ ฟังธรรม ก็ไม่ต้องเอาตัวเองเข้าไปเสี่ยง ฟังธรรมด้วยปัญญาคือฟังอยู่ที่บ้าน นี้เรียกว่าฉลาดและขยัน

ความฉลาดและความขยันรวมเป็นทางเดียวกันที่ทำให้เกิดความสำเร็จหลายอย่าง ดังพระบาลีนิกเขปบทที่ยกไว้ ณ เบื้องต้นว่า **"ทกฺเขยฺเยกปทํ ตาต อเนกตฺถปทนิสฺสิตํ"** แปลความว่า **"ลูกเอ๋ย ทักษะ คือ ความฉลาดและขยัน รวมเป็นทางเดียวที่ทำให้เกิดประโยชน์หลายอย่าง"** แบบยิงปืนนัดเดียวได้นกหลายตัว ทำนองนั้น ถ้าเรามีทักษะ แสดงว่าเรามีความฉลาดและขยัน ถ้าเป็นคนขยันแต่โง่ หรือฉลาดแต่ขี้เกียจ จะไม่บรรลุประโยชน์ที่พึงประสงค์ ไม่ชนะโควิดแน่นอน คนที่ขยันแต่โง่ ขยันไปทำงาน ขยันออกนอกบ้าน และไม่รู้เท่าทันเล่ห์เหลี่ยมของโควิด ๑๙ ความขยันนั้นกลายเป็นพาหะ คือตัวนำเชื้อโรคไปหาคุณปู่ คุณย่า คุณพ่อ คุณแม่ ดังที่ติดกันแล้วในหมู่เครือญาติ ทำให้คนตายมากทุกวันนี้ คนที่ขยันแต่โง่พาให้คนที่ตนรักต้องตายไป ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสเล่าไว้ในมกสชาดกดังต่อไปนี้

ช่างไม้กลุ่มหนึ่งกำลังถากไม้ทำโต๊ะ ทำเตียง ช่างไม้คนหนึ่งศีรษะล้าน แมลงวันชอบบินมาเกาะบนหัว เวลาทำงานไปเขาก็ไล่แมลงวันไปด้วยความรำคาญ ช่างไม้คนนี้จึงตะโกนบอกลูกชายว่า ช่วยฆ่าแมลงวันให้หน่อย เขาพูดด้วยความโกรธ ลูกชายเดินย่องมาข้างหลังพ่อถือขวานเล่มใหญ่มาด้วย ตาจ้องไปที่แมลงวันซึ่งเกาะบนหัวพ่อแล้วเขาก็เอาขวานจามเต็มเหนี่ยวลงไปบนตัวแมลงวันที่เกาะอยู่บนหัวพ่อ แมลงวันไม่ตายเพราะมันบินหนีไปได้ แต่พ่อของเขาตายคาที่ด้วยคมขวานของลูกชายที่เจาะลงบนหัวของพ่อ

พระพุทธเจ้าสรุปว่า **ศัตรูที่ฉลาดบางทีก็ดีกว่ามิตรที่โง่** มิตรคือคนที่มีไมตรีกับเรา เราไว้ใจให้อยู่ใกล้เรา ถ้าเขาโง่เขาอาจทำอันตรายเราได้ง่าย ๆ มิตรโง่บางทีก็เป็นอันตรายต่อเรามากกว่าศัตรูที่ฉลาด เหมือนกับบุตรโง่คนนี้ ทำให้บิดาตายโดยไม่ทันรู้ตัว ส่วนศัตรูที่ฉลาด ถึงไม่ชอบเราก็ไม่กล้าฆ่าหรือทำร้ายเรา เพราะเขากลัวติดคุก เขาคิดหน้าคิดหลังจึงไม่รีบทำร้ายเรา แต่คนใกล้ชิดของเราที่ไม่มีปัญญา บางทีก็ทำร้ายเราด้วยความโง่ของเขาโดยไม่ได้คิดวางแผนล่วงหน้า ดังกรณี ที่ลูกโง่ติดยาบ้าจนประสาทหลอนเอาขวานจามหัวพ่อเป็นข่าวให้เราเห็นทุกวันนี้ ไม่ใช่มีแต่ในนิทานชาดก ลูกโง่ฆ่าแม่ที่ไม่ยอมให้สตางค์ไปซื้อยาบ้า คนติดยาบ้าไปขอเงินหลวงพี่ซื้อยาบ้า หลวงพี่ไม่ให้ มันเอามีดฟันไม่ยั้ง นี้เรียกว่า คนใกล้ชิดที่โง่ บางทีก็เป็นอันตรายมากกว่าศัตรูที่ฉลาดเสียอีก มิตรหรือคนใกล้ชิดที่โง่พาเชื้อโควิด ๑๙ มาติดปู่ย่าตายายที่บ้าน คนโง่แต่ขยันนี่แหละที่พากันไปเที่ยวสถานบันเทิงหลงระเริงกันจนเป็นเหตุให้โควิดระบาดระลอกที่ ๓ ไปทั่วประเทศอยู่ทุกวันนี้

ทักษะชีวิตเป็นความขยันอย่างฉลาด จะทำอะไรก็ให้มีความรู้นำหน้าเป็นญาณสัมปยุต ไม่ใช่นึกขยันอยากจะทำอะไรก็ทำ เหมือนเด็กซนคนหนึ่งขึ้นเครื่องบินไปกับคุณพ่อคุณแม่ เด็กนั่งแถวหน้าใกล้กับประตูเครื่องบิน เครื่องบินลงจอดแล้ว ประตูงวงช้างยังเทียบกับประตูเครื่องบินไม่สนิท เด็กลุกขึ้นไปกดปุ่มทำให้ประตูเครื่องบินเปิดออกไปกระทบงวงช้าง ประตูชำรุดเสียหาย คุณพ่อต้องจ่ายค่าซ่อมเป็นล้าน นี้เรียกว่า ขยันแต่โง่มักสร้างปัญหา

ใครที่รู้ตัวเองว่าโง่ ก็อย่าขยันมาก เกิดอุบัติเหตุบนท้องถนน คนโดนรถชนนอนอยู่ กู้ภัยยังไม่มา อย่าไปขยันช่วยยกหามคนเจ็บ ความขยันโดยไม่มีความรู้อาจทำให้กระดูกสันหลังเขาเคลื่อน ทำให้เขาพิการไปตลอดชีวิต เพราะความขยันโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ฉะนั้น จึงต้องมีการฝึกฝน เรียกว่ามีทักษะที่ถูกต้องด้วยปัญญาว่าจะยกคนประสบอุบัติเหตุ

ดังนั้น เวลาที่เราจะทำอะไร ต้องคิดหน้าคิดหลังก่อนว่าเรามีความรู้พอเพียงกับเรื่องนั้นหรือยัง มีปัญญาที่จะทำหรือไม่ เอาปัญญาหรือความรู้กำกับความขยัน อย่าให้ความกล้ากลายเป็นบ้าบิ่น บางคนไม่ได้ใช้ปัญญากำกับก็เกิดปัญหา แต่ถ้ามีปัญญากำกับความขยันก็จะกลายเป็นทักษะที่ช่วยให้แก้ปัญหาได้อย่างรวดเร็วดังกรณีที่คุณพ่อคนหนึ่ง โดนลูกชายตัวน้อย ๆ รบกวนอยู่เรื่อย พอพ่อจะทำงาน ลูกก็มาชวนคุย พ่อจึงหยิบหนังสือเก่ามาเล่มหนึ่งเป็นหนังสือแจกทั่วไป พ่อฉีกกระดาษแผ่นหนึ่งมาจากหนังสือนั้น หน้าที่ดึงออกมาเป็นภาพแผนที่โลก จากนั้นก็ฉีกแผนที่โลกนั้นออกเป็นหลายชิ้นแล้วบอกลูกชายว่า ต่อกระดาษแต่ละชิ้นให้กลับมาเป็นแผนที่โลกเหมือนเดิมแล้วค่อยกลับมาหาพ่อ ลูกก็รับปาก เขารับเอากระดาษหลายชิ้นนั้นไป พ่อก็คิดว่าวันนี้ลูกไม่มีทางทำเสร็จ ลูกหายไปครึ่งชั่วโมงแล้วกลับมาส่งกระดาษแผ่นนั้นที่ต่อเข้ากันดังเดิม พ่อรับมาดูแล้วเห็นเป็นแผนที่โลกจึงถามว่า ลูกต่อชิ้นกระดาษให้กลับมาเป็นแผนที่โลกเหมือนเดิมได้อย่างไร

ลูกชายพลิกกระดาษแผ่นที่ต่อกันนั้นให้ดูอีกด้านหนึ่ง ซึ่งเป็นภาพหน้าคนเต็มหน้าแล้วบอกว่า ลูกดูจากหน้าหลังซึ่งเดิมเคยเป็นภาพหน้าคนนี้แล้วนำชิ้นต่าง ๆ มาต่อกันให้กลับมาเป็นภาพหน้าคนตามเดิม แผนที่โลกในอีกด้านหนึ่งก็กลับมาเต็มเหมือนเดิม

เด็กคนนี้เปิดอีกด้านหนึ่งของหน้ากระดาษดูว่าเป็นภาพอะไร พอเห็นเค้าว่าเป็นภาพหน้าคน เขาก็ต่อชิ้นกระดาษให้เป็นภาพหน้าคนเต็มดังเดิม ภาพแผนที่อีกด้านหนึ่งก็กลับมาเต็มตามไปด้วย นี่เรียกว่าขยันอย่างฉลาด เป็นทักไขยหรือความมีทักษะชีวิต ความมีทักษะก็คือการใช้ปัญญานำหน้าความขยัน ดังเรื่องต่อไปนี้ที่เกิดขึ้นในประเทศสหรัฐอเมริกา

เด็กสาววัย ๑๗ ปีตั้งครรภ์ในวัยเรียน เมื่อคลอดลูกออกมาได้ยกเด็กให้เป็นลูกบุญธรรมของครอบครัวหนึ่ง ซึ่งทำให้ผู้หญิงวัย ๔๕ ปี ชื่อ **นาว่า** ที่เคยหวังว่าตนจะได้เด็กคนนี้เป็นลูกบุญธรรมรู้สึกผิดหวังอย่างแรง วันหนึ่ง นาว่าแอบเข้าไปนั่งรอที่เบาะหลังในรถของเด็กสาวจนเจ้าของรถเข้ามาจึงเอาปืนจี้เด็กสาวบังคับให้เธอขับรถไปบ้านพ่อแม่บุญธรรมของเด็กเพื่อจะไปแย่งเอาเด็กคืนมา

เด็กสาวถูกปืนจี้ก็ตกใจกลัวว่าภัยจะเกิดกับตนเองและลูก เธอข่มความกลัวพลางขับรถไปเรื่อย ๆ มุ่งหน้าไปฟิลาเดลเฟีย คิดไปตลอดทางว่าทำอย่างไรจึงจะเอาตัวรอดโดยไม่ถูกฆ่าตาย ถ้าไปถึงบ้านพ่อแม่บุญธรรม เด็กก็จะถูกลักพาตัวไป ถ้าเธอไม่ไปเธอก็ตาย เกิดข้อคับข้องในใจของเด็กสาว เธอใช้ปัญญาบวกกับความกล้า แต่ไม่บ้าบิ่น เธอไม่คิดแย่งปืนจากผู้ร้าย เพราะถ้าไม่ใช้ความสุขุมรอบคอบ เธออาจตายได้

ขณะที่เธอขับรถไปถึงกลางทาง มีรถสายตรวจของตำรวจขับมาจอดอยู่ริมทาง ถ้าเธอบีบแตรเรียกตำรวจเธออาจโดนผู้ร้ายยิงได้เหมือนกัน เธอตัดสินใจหักพวงมาลัยรถให้พุ่งชนท้ายรถตำรวจสายตรวจที่จอดอยู่ เพื่อเรียกความสนใจจากตำรวจในรถ พอชนรถตำรวจเข้าไปแล้วมือปืนข้างหลังตกตะลึง ช่วงนี้เด็กสาวได้กระโจนออกจากรถ และตะโกนให้ตำรวจช่วย ตำรวจเห็นรถถูกชนก็วิ่งออกไปที่รถของเด็กสาวพบคนร้ายถือปืนอยู่ในรถก็จับใส่กุญแจมือ ต่อมา มือปืนคนนี้โดนศาลตัดสินจำคุก ๑๒ ปี เด็กสาวรอดชีวิตเพราะใช้ทักษะคือความกล้าบวกปัญญาช่วยให้ตนเองและลูกของเธอปลอดภัย

ดังนั้น เมื่อเผชิญวิกฤตในขณะนี้ คือโควิด ๑๙ เราต้องศึกษาหาความรู้เรื่องวัคซีนแต่ละชนิดว่าเป็นอย่างไรแล้วฉีดอย่างเร็ว เพราะวัคซีนยี่ห้อไหนก็ได้ ที่มีให้ฉีดเป็นวัคซีนดีที่สุด ภาครัฐประกาศอย่างนี้จนคนทั่วประเทศอยากฉีดวัคซีน และลงทะเบียนที่หมอพร้อมจำนวนมาก เริ่มฉีดขนานใหญ่เมื่อวานนี้ แต่วัคซีนงวดนี้ใกล้จะหมด คนที่ลงชื่อไว้ในหมอพร้อมจะฉีดได้ไม่กี่วัน รัฐขยันโฆษณาเชิญชวนให้คนทั่วประเทศอยากฉีดวัคซีน แต่พอคนมาฉีดกันมาก ไม่มีวัคซีนให้ฉีด อย่างนี้เรียกว่าขยันแต่ขาดการวางแผน วัคซีนมาไม่ทัน ความขยันอย่างเดียวยังไม่พอ ต้องฉลาดในการวางแผนด้วย วัคซีนมาไม่ครบในเบื้องต้น แต่ก็จะทยอยตามมา และจะฉีดวัคซีนกันเยอะที่จังหวัดไหนบ้าง ต้องใช้ปัญญาตัดสินว่าควรส่งวัคซีนไปให้จังหวัดที่มีโควิดระบาดมาก

เพื่อลดตัวเลขผู้ติดเชื้อ นั่นคือกรุงเทพมหานครติดเชื้อมากอันดับ ๑ ในประเทศ คนตายมากอันดับ ๑ จึงได้วัคซีนมากกว่าที่อื่น รองลงไปคือภูเก็ต เพราะว่ากำลังเตรียมการจัดระเบียบท่องเที่ยวแบบแคปซูล ใครมาเที่ยวภูเก็ต ถ้ามาจากต่างประเทศไม่ต้องไปต่อที่ไหน เที่ยวอยู่แต่ในภูเก็ตอันดับ ๓ คือนนทบุรีที่ติดโควิดเยอะ ก็เอาวัคซีนไปมากหน่อย สำรวจดูว่าในขณะที่วางแผนแบบนี้แล้วจังหวัดอื่น ๆ จะเป็นอย่างไร วัคซีนมาทันไหม เรียกว่าขยันด้วยปัญญา หรือขยันอย่างฉลาด

รัฐต้องปรึกษาผู้มีปัญญาในด้านนี้ คือแพทย์และนักวิทยาศาสตร์ การที่จะสู้กับโควิด ๑๙ ไม่ใช่ใจกล้าอย่างเดียวจะชนะ ประธานาธิบดีบางประเทศไม่กลัวโควิดตั้งแต่ต้น จนบัดนี้ก็ยังไม่ใส่หน้ากาก นั่นคือประเทศบราซิล คนบราซิลเคยติดโควิดมากเป็นอันดับ ๒ ของโลกรองจากสหรัฐอเมริกา แต่ตอนนี้ติดมากเป็นอันดับ ๓ รองจากสหรัฐอเมริกาและอินเดีย แต่มีคนตายมากเป็นอันดับ ๒ ของโลกรองจากสหรัฐอเมริกา เหตุที่มีคนตายมากเพราะประธานาธิบดีบราซิลค่อนข้างจะบ้าบิ่น ไม่ฟังแพทย์และนักวิทยาศาสตร์ เขาไม่ฟังผู้มีปัญญาในด้านนี้ ทำให้บราซิลติดโควิดตายกันมากอยู่ทุกวันนี้ แม้จะมีวัคซีน ก็ฉีดไปได้แค่ ๑๗ เปอร์เซ็นต์ของประชากรที่มีอยู่ทั้งหมด ๒๑๔ ล้านคน

ประเทศไทยโชคดีที่ฝ่ายผู้มีอำนาจเชื่อแพทย์ในกระทรวงสาธารณสุข เบื้องต้นคนไทยจึงติดเชื้อน้อยและตายน้อย แต่ตอนหลังคนติดโควิดจำนวนมากเพราะมีผู้แอบนำแรงงานต่างด้าวเข้ามาบ้าง ไปเล่นการพนันต่างประเทศบ้าง ไปทำงานประเทศเพื่อนบ้านบ้าง คนเหล่านี้นำเอาเชื้อโควิด ๑๙ เข้ามาในประเทศเพราะมีคนบางกลุ่มไม่ทำตามผู้มีอำนาจและผู้มีปัญญา คือกระทรวงสาธารณสุข ตอนนี้มาถึงขั้นฉีดวัคซีน เราต้องเชื่อว่าวัคซีนช่วยให้เราไม่ตาย ไม่ป่วยหนักต้องมีการวางแผนฉีดวัคซีน

ความร่วมมือของสองฝ่าย คือฝ่ายฉลาดกับฝ่ายขยันเป็นเรื่องสำคัญ ถ้าคนคนเดียวทั้งฉลาดและขยันจะดีมาก แต่ถ้าคนเราฉลาดแต่ไม่ขยัน หรือขยันแต่ไม่ฉลาด ต้องหาเพื่อนคู่หูมาเติมเต็มให้กับเรา เช่น ถ้าเราเป็นคนฉลาดต้องหาเพื่อนที่ขยันมาร่วมทำกิจการ เรามีทุนมีความขยัน มีกำลัง แต่เราไม่มีวิธีปรุงอาหารที่อร่อย ไม่มีแม่ครัวที่มีฝีมือ เราก็ไปจับมือกับคนที่ฉลาดในด้านการปรุงอาหาร เราเป็นนายทุนจับมือกับคนฉลาดในการปรุงอาหารก็เปิดภัตตาคารได้ นี่คือความร่วมมือของ ๒ ฝ่าย และเป็นทางแห่งความสำเร็จ คนคนเดียวไม่อาจจะฉลาดและขยันไปทุกเรื่อง ไม่มีใครที่รู้ไปทุกเรื่อง และไม่มีใครมีกำลังมากที่จะทำได้ตลอดเวลา ดังนั้นฝ่ายที่มีอำนาจ มีกำลัง ต้องจับมือกับฝ่ายที่มีความรู้มีปัญญา นี่เรียกว่าทักษะระดับประเทศ ถ้ามีการจับมือกันของทั้งสองฝ่ายการฉีดวัคซีนจะสำเร็จตามที่ตั้งเป้าหมายไว้แน่นอน

ฉะนั้น สิ่งที่ควรทำในปัจจุบัน คือการสร้างความร่วมมือด้วยทักษะ ระหว่างฝ่ายมีกำลังทรัพย์หรืออำนาจกับฝ่ายที่มีกำลังปัญญาความรู้ เมื่อสองฝ่ายจับมือกันจะเกิดทักษะขององค์กร เรียกว่า **องค์กรแห่งการเรียนรู้ Learning Organisation** คือองค์กรมีพลัง อย่างเช่นวัดประยุรวงศาวาส

มีพระสงฆ์ ๑๐๐ รูป หากต่างคนต่างอยู่ ต่างออกไปสร้างดาวคนละดวง วัดไม่มีพลัง แต่พอทุกคนจับมือกันจะเกิดพลังในองค์กร เพราะเชื่อผู้มีปัญญาเป็นที่ปรึกษา กองทัพยังต้องมีกุนซือเป็นที่ปรึกษา

ครั้งหนึ่ง เล่าปี่ไปหาสุมาเต๊กโช ซึ่งเป็นนักบวชลัทธิเต๋าที่บอกว่า “ท่านเล่าปี่ ท่านไม่มีทางที่จะกอบกู้สถาบันฮ่องเต้ได้ เพราะท่านขาดคนดีมีฝีมือมาช่วยท่าน”

เล่าปี่ถามว่า “ท่านอาจารย์ ผมมีคนดีมีฝีมืออย่างกวนอู เตียวหุย ทำไมถึงบอกว่าไม่มีคนดีมีฝีมือ”

สุมาเต๊กโชตอบว่า “ถ้าท่านคิดว่ามีคนดีมีฝีมือแล้วทำไมรบแพ้มาตลอด ที่รบแพ้เพราะท่านขาดคนฉลาดมาวางแผนให้ ถ้าท่านได้คนอย่างขงเบ้งเป็นมันสมองบวกนักรบที่มีกำลังมีความกล้าหาญอย่างกวนอู เตียวหุย คือฝ่ายฉลาดกับฝ่ายขยันช่วยกันรบ จะไม่มีใครสู้ได้”

เล่าปี่ทำตามคำแนะนำนี้ เขาไปกราบกรานอ้อนวอนขงเบ้งให้มาเป็นมันสมองให้ ประเทศชาติของเราก็เช่นกัน ต้องเอาสองฝ่ายมารวมกันเวลาสู้กับโควิด ผู้มีอำนาจต้องฟังแพทย์และนักวิทยาศาสตร์ในการสู้กับโควิด แต่ถ้าปล่อยให้พวกแพทย์และนักวิทยาศาสตร์สู้ตามลำพังก็เกิดจลาจลได้เช่นกัน สองฝ่ายต้องจับมือกัน คือ ผู้มีอำนาจสั่งการและผู้มีความรู้ในเรื่องเหล่านี้ต้องปรึกษาหารือกัน นี่เรียกว่าสร้างทักษะระดับประเทศ

ทักษะของสองบริษัทยักษ์ใหญ่ที่จับมือกันได้สร้างความสำเร็จในการผลิตวัคซีนต้านโควิดขนานแรกของโลกชื่อว่าไฟเซอร์ Pfizer ที่ได้รับการรับรองจากองค์การอาหารและยาของสหรัฐอเมริกาก่อนขนานอื่น ไฟเซอร์ได้ชื่อว่าเป็นวัคซีนที่คนนิยมฉีดมากที่สุดเพราะมีประสิทธิภาพสูงสุดในการป้องกันโควิด ๑๙ คือสูงถึง ๙๐ - ๙๕ เปอร์เซ็นต์ คนในอเมริกาฉีดแต่วัคซีนขนานนี้ หรือไม่ก็ฉีดโมเดอร์นา Moderna ซึ่งออกมาทีหลัง ใช้เทคโนโลยีแบบเดียวกัน

วัคซีนไฟเซอร์สำเร็จมาก่อนขนานอื่นเพราะอาศัยความร่วมมือระหว่างฝ่ายฉลาดกับฝ่ายขยันระดับโลก ฝ่ายฉลาดคือฝ่ายที่วิจัยเรื่องเทคโนโลยีในการทำวัคซีน คือบริษัทไบออนเทค BioNTech และฝ่ายที่มีกำลังเงินมหาศาลและมีเครื่องจักรในการผลิต มีพนักงานเป็นแสนคนคือบริษัทไฟเซอร์ตั้งอยู่ที่อเมริกา ส่วนบริษัทไบออนเทคตั้งอยู่ที่เยอรมนี ไบออนเทคเป็นตัวแทนของความฉลาดคือปัญญา ไฟเซอร์เป็นตัวแทนของกำลังทุน เมื่อนำเอากำลังทุนมาบวกปัญญาจึงเกิดวัคซีนไฟเซอร์ออกมาเป็นขนานแรกในโลก

เมื่อโควิด ๑๙ เริ่มระบาดในจีนต้นเดือนมกราคม ๒๕๖๓ ที่**บริษัทไบออนเทค** มีประธานบริหาร ชื่อว่าอูกูร์ ซาฮิน เกิดที่ตุรกี ถือสัญชาติเยอรมัน เขาอพยพตามคุณพ่อตั้งแต่อายุ ๔ ขวบมาอยู่ที่เยอรมนี เรียนจบแพทย์แล้วได้แต่งงานกับคู่สร้างคู่สม เป็นหมอเหมือนกันชื่อว่าตูเรซีทั้งคู่มีเป้าหมายเดียวกันคือทำวิจัย โดยทำวิจัยในห้องแล็บตัวเองก่อนเมื่อ ๒๕ ปีที่แล้ววิจัยในสาขามะเร็งวิทยา คือศึกษาว่า จะรักษามะเร็งโดยไม่ต้องใช้ยาได้อย่างไร โดยให้ภูมิคุ้มกัน

ในตัวคนกำจัดมะเร็ง ปกติคนเรามีเชื้อมะเร็งเกิดขึ้นทุกวัน แต่ว่าภูมิคุ้มกันของเรากำจัดทิ้งไป แต่พอคนเราอายุมากขึ้น ภูมิคุ้มกันคือสุนัขเฝ้าบ้านในตัวเรา ขี้เกียจบ้าง หรือมองเซลล์มะเร็งเป็นพวกเดียวกันบ้าง จึงไม่กำจัด กลับปล่อยให้เนื้องอกกลายเป็นมะเร็งเนื้อร้าย ฉะนั้น สามีภรรยาคู่นี้ จึงได้ทำวิจัยว่า ทำอย่างไรที่จะใช้ภูมิคุ้มกันของเรากำจัดเซลล์มะเร็งได้โดยไม่ต้องใช้ยา พวกเขาระดมทุนจากผู้มีเงินมาตั้งบริษัทไบออนเทคเมื่อปี ๒๕๕๑

เมื่อตั้งบริษัทนี้แล้ว พวกเขาก็ทำวิจัยในเรื่องมะเร็งมาเรื่อย ๆ จนกระทั่งโควิด ๑๙ เริ่มระบาด สามีภรรยาคู่นี้หยุดการวิจัยเพื่อรักษามะเร็ง เรียกระดมทีมงาน ๕๐๐ คน ของบริษัทมาทำวิจัยวัคซีนต้านโควิด ๑๙ เรื่องนี้ทราบไปถึงบริษัทไฟเซอร์ซึ่งจับมือกับบริษัทไบออนเทคมาตั้งแต่ปี ๒๕๖๑ เพื่อค้นคว้าวิจัยทำวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ บริษัทไฟเซอร์จึงหันมาให้เงินทุนสนับสนุนบริษัทไบออนเทคในการทำวิจัยเรื่องวัคซีนต้านโควิด ๑๙ โดยตกลงในสัญญาว่าสิทธิบัตรในการค้นพบวัคซีนเป็นของบริษัทไบออนเทค ส่วนสิทธิ์ในการผลิตยา ขายยาเป็นเรื่องของบริษัทไฟเซอร์ เมื่อค้นคว้าได้วัคซีนแล้วก็มีการทดลองกัน ๓ เฟส เฟสที่ ๓ สำเร็จในเดือนพฤศจิกายน ๒๕๖๓ วัคซีนได้ผลในการป้องกันโควิดสูงถึง ๙๐ เปอร์เซ็นต์ ข่าวนี้ทำให้หุ้นของไบออนเทคขึ้นพรวด ปัจจุบัน ดร.อูกูร์ ซาฮิน เป็นคนรวยติด ๑ ใน ๑๐๐ ของเยอรมนี

เทคโนโลยีที่ ดร.ซาฮินทำนี้เป็นนาโนเทคโนโลยี เขาสร้างอนุภาคเล็กมากที่เรียกว่านาโน ตามองไม่เห็น เป็นสื่อในการทำรหัสเพื่อฉีดใส่เข้าไปในกล้ามเนื้อของคนเรา อนุภาคเล็กนี้มีโปรแกรม mRNA ซึ่ง m คือ Messenger ตัวนำสารอยู่ในอนุภาคเล็กมากนี้ พอเข้าไปในร่างกายคนเราแล้วมันจะเคลื่อนไปหาเซลล์ในตัวเรา เมื่อไปถึงก็จะสั่งให้เซลล์ผลิตโปรตีนอย่างหนึ่งออกมา ซึ่งโปรตีนนี้จะเป็นอะไรก็แล้วแต่คำสั่งว่าจะให้ออกมาเป็นอะไร ปรากฏว่า เขาสั่งให้ผลิตโปรตีนเป็นขาของไวรัสโควิด ๑๙ แต่โปรตีนชนิดนี้ เซลล์ของเราเองเป็นผู้ผลิตตามคำสั่ง ฉะนั้นเมื่อผลิตออกมาแล้ว รูปร่างหน้าตาเหมือนขาของโควิด ๑๙ ซึ่งจะไปกระตุ้นให้ภูมิคุ้มกันหรือสุนัขเฝ้าบ้านในร่างกายของเราออกมาโจมตีทำลายจนกระทั่งกลายเป็นว่า ภูมิคุ้มกันเราเข้มแข็งเพราะซ้อมรบกันโปรตีนโควิด ๑๙ นี้

จุดดีคือ โปรตีนนี้ร่างกายเราผลิตเอง เหมือนสร้างภาพจำลองของเชื้อโรค จึงไม่เป็นอันตรายต่อร่างกาย และรหัสที่ส่งเข้าไป พอสร้างโปรตีนเสร็จ รหัสนั้นถูกทำลายไป จึงมีความปลอดภัยสูงสุดในบรรดาวัคซีนทั้งหลาย วัคซีนชนิดอื่นใช้เชื้อที่ตายแล้วบ้าง ใช้เชื้อที่ผสมกับเชื้อของลิงชิมแปนซีบ้าง ยังมีสิ่งแปลกปลอมเข้าไปในร่างกายเรา

เทคโนโลยีของไบออนเทคนี้ใหม่ล่าสุดไม่เคยใช้มาก่อน ดร.อูกูร์ ซาฮิน กับภรรยา เริ่มวิจัยมา ๒๕ ปีแล้ว หวังจะส่งสารอนุภาคนาโน เข้าไปกระตุ้นให้ร่างกายสร้างเนื้องอกเทียมและให้ภูมิคุ้มกันคอยกำจัด ภูมิคุ้มกันจะทำลายเนื้องอกร้ายที่เป็นมะเร็งจริง ๆ ได้ พวกเขายังทำไม่เสร็จ แต่หยุดก่อน

และหันมาใช้เทคนิคเดียวกัน คือแทนที่อนุภาคนาโนจะผลิตมะเร็งเทียม กลับผลิตโปรตีนเป็นขาของเชื้อไวรัสโควิด ๑๙ แทน พวกเขาได้เงินมหาศาลเพราะบริษัทไบออนเทคตอนนี้หุ้นขึ้นมาก พวกเขาก็จะนำเอาเงินนี้ไปทำวิจัยเรื่องอนุภาคนาโนป้องกันโรคมะเร็งต่อไป

อันนี้ถือว่าเป็นความก้าวหน้าระดับโลกที่มาจากความร่วมมือของฝ่ายมีเงิน มีกำลังในการผลิต คือบริษัทไฟเซอร์ในอเมริกา ร่วมกับฝ่ายวิจัยใช้ปัญญาในเยอรมนี คือ ไบออนเทค ซึ่งมีเทคโนโลยีล่าสุดไม่เคยใช้มาก่อน สำเร็จเป็นวัคซีนยี่ห้อไฟเซอร์เอามาใช้กันอยู่ในปัจจุบัน

ตัวอย่างของความสำเร็จประโยชน์ยิ่งใหญ่ตรงนี้ มาจากความร่วมมือกันของความฉลาดกับความขยัน ถ้าประเทศใด องค์กรใดไม่ดื้อ ไม่มีทิฏฐิมานะ คนที่มีกำลัง มีอำนาจ ฟังที่ปรึกษาฟังผู้มีปัญญา ฟังแพทย์และนักวิทยาศาสตร์ ก็สามารถสู้กับโควิด ๑๙ ได้ แต่ถ้าต่างฝ่ายต่างถือดี ฝ่ายที่มีกำลังแต่ขาดปัญญาเอาแต่ก้มหน้าก้มตาทำงานด้วยการออกคำสั่งเรื่อยไป ก็จะเกิดความเสียหาย เพราะกลายเป็นพวกโง่แต่ขยัน ส่วนฝ่ายที่มีความรู้เอาแต่พูด เอาแต่แนะนำให้สัมภาษณ์ไปแต่ละวัน แล้วไม่ร่วมมือกันกับผู้ที่มีกำลัง มีอำนาจ ก็เป็นพวกฉลาดแต่ขี้เกียจ

ฉะนั้นผู้ที่ฉลาดและขยันอยู่ในองค์กรใด ประเทศใด เราเรียกองค์กรนั้นประเทศนั้นว่ามีทักษะ ความฉลาดและขยันมีอยู่ในคนใด เราเรียกคนนั้นว่ามีทักษะ และทักษะนี้แหละจะประกันให้เกิดความสำเร็จหลายอย่างตามมา ดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกไว้เป็นนิกเขปบทเบื้องต้นว่า **“ทกฺเขยฺเยกปทํ ตาต อเนกตฺถปทนิสฺสิตํ”** แปลความว่า **“ทักษะ คือความฉลาดและขยันรวมเป็นทางเดียวที่ทำให้เกิดประโยชน์หลายอย่าง”** ดังพรรณนามา พอสมควรแก่เวลา

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย อานุภาพแห่งหลวงพ่อพระพุทธธรรมวิเชษฐศาสดา พระประธานในพระอุโบสถวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร อานุภาพของหลวงพ่อพุทธนาคอันศักดิ์สิทธิ์ในพระวิหาร พระบรมสารีริกธาตุบนพระเจดีย์ และบุญกุศลทั้งนี้ที่เกิดจากการฟังธรรม จงมารวมกันเป็นตบะ เป็นเดชะ เป็นพลวปัจจัย อำนวยอวยพรให้ทุกท่านจงประสบแต่ความสุข ความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไปในร่มธรรมแห่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แคล้วคลาดปราศจากทุกข์ โศก โรค ภัย โดยเฉพาะโควิดภัย ขอให้เจริญยิ่งด้วยอายุ วรรณ สุขะ พละ ปฏิภาณ ธรรมสารสมบัติ จงทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนา **ในทักไขยกถา ว่าด้วยทักษะแห่งชีวิต** พอสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

ฌานกถา ว่าด้วยการเพ่งพินิจ*

นตฺถิ ปญฺญา อฌายิโนติ ฯ

(ขุ. ธ. ๒๕/๖๕)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนาใน**ฌานกถา ว่าด้วยการเพ่งพินิจ** เพื่อเป็นเครื่องประดับประคองฉลองศรัทธา ประดับปัญญาบารมี อนุโมทนากุศลบุญราศี ของญาติโยมสาธุชนทั้งหลายในสถานการณ์โควิด ๑๙ ซึ่งในยามที่มีความทุกข์เดือดร้อนใจ อันเนื่องมาจากโรคภัยรุมล้อมเบียดเบียน ทำให้ต้องหาที่พึ่ง โดยเฉพาะที่พึ่งทางใจ ในยามที่มนุษย์ถูกภัยคุกคาม มนุสฺสา ภยตชฺชิตา ก็ไม่มีอะไรที่จะเป็นที่พึ่งได้ดีกว่าพระรัตนตรัย โดยเฉพาะพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่จะเป็นหลักยึดในจิตใจ ในสถานการณ์แพร่ระบาดหนักของโควิด ๑๙ ในประเทศไทยขณะนี้

เมื่อวานนี้มีผู้ติดเชื้อใหม่ ๓,๑๐๐ คน เสียชีวิต ๕๑ คน เป็นภาวะที่น่าตกใจในความสูญเสีย แม้ว่าทางการจะผ่อนคลายให้ศาสนสถาน วัดวาอารามสามารถจัดกิจกรรมทางศาสนา รวมคนได้ไม่เกิน ๕๐ คนก็ตาม แต่เนื่องจากสถานการณ์ยังไม่น่าไว้วางใจ วัดประยุรวงศาวาสจึงยังจัดกิจกรรมทางศาสนาในวันพระนี้ผ่านสื่อสังคมออนไลน์ เพื่อให้ท่านทั้งหลายไม่ต้องพบกับความเสี่ยง ๔ ประการ คือ หลีกเลี่ยงคนเสี่ยง สถานที่เสี่ยง กิจกรรมเสี่ยง และโอกาสเสี่ยง เพราะเราไม่มีทางรู้ว่า ภัยจากโควิดจะมาทางไหน ต้องหลีกเลี่ยงความเสี่ยง ๔ อย่าง ดังต่อไปนี้



---

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านทางโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๘) ซึ่งอยู่ในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด ๑๙) ที่ระบาดรอบสาม ออนไลน์ ณ พระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๒๔ มิถุนายน ๒๕๖๔

๑. **คนเสี่ยง** คือคนติดโควิดหรือคนที่เราคาดว่าสัมผัสใกล้ชิดผู้ที่ติดโควิด ไม่อยู่ใกล้คนเหล่านั้น หรือถ้าเราอาศัยอยู่ในเขตที่โควิดระบาดหนัก เราก็หลีกเลี่ยงการพบคนเสี่ยงชั่วคราว

๒. **สถานที่เสี่ยง** ที่ใดมีการระบาดของโควิด ๑๙ จะเป็นคลัสเตอร์กลุ่มก้อนหรือไม่ก็ตาม ไม่จำเป็นอย่าไป ไม่ว่าจะเป็นสถานที่ใกล้บ้าน ใกล้วัด หรือเป็นเมืองก็ตาม

๓. **กิจกรรมเสี่ยง** งานที่รวมคนจำนวนมาก ไม่ว่าจะเป็นงานศพ งานฉลอง งานบวชนาค เว้นได้ก็เว้น

๔. **โอกาสเสี่ยง** งานเทศกาล อย่างเช่น วิสาขบูชาที่ผ่านมา ไม่มีการเวียนเทียนกันที่วัดนี้ และที่อื่น ๆ ทำกิจกรรมผ่านสื่อออนไลน์ เพื่อหลีกเลี่ยงไม่ให้เกิดประวัติศาสตร์ซ้ำรอยเหมือนวันสงกรานต์ปี ๒๕๖๔ ที่ผ่านมา เพราะไม่มีการห้ามจัดงานสงกรานต์ เป็นผลทำให้มีการระบาดของโควิดระลอกที่ ๓ ต่อเนื่องมาจนถึงวันนี้

ตอนนี้ใกล้จะถึงเทศกาลเข้าพรรษา ต้องจัดงานนี้ด้วยความระมัดระวัง คือ จ้องตาไม่กะพริบ ในภาษานักมวย เขาบอกว่า การ์ดอย่าตก คือ ยกหมัด ๒ ข้างคอยป้องกันคาง ป้องกันจุดอ่อนไม่ให้นักมวยคู่ต่อสู้มาชกปลายคาง โควิด ๑๙ เหมือนนักมวยคู่ต่อสู้ ถ้าเราประมาท ไม่ยกการ์ดปกป้องตัวเอง ไม่สวมหน้ากากอนามัย ไม่ล้างมือ ไม่รักษาระยะห่างทางสังคม และไม่ห่างจากความเสี่ยงทั้ง ๔ ประการ อย่างนี้เรียกว่าการ์ดตก

การที่การ์ดไม่ตกอย่างเดียวไม่พอ ต้องหลบเก่งด้วย หลบสถานที่เสี่ยงและความเสี่ยงทั้งหลายดังที่กล่าวมา ตาจับจ้องดูว่าคนเสี่ยง กลุ่มเสี่ยง กิจกรรมเสี่ยง สถานที่เสี่ยงอยู่ที่ไหน ไม่จำเป็นก็อย่าไปยุ่งในช่วงนี้ ดังพุทธศาสนสุภาษิตที่ว่า **"สงฺเกยฺย สงฺกิตพฺพานิ พึงระแวงสิ่งที่ควรระแวง รกฺเขยฺยานาคตํ ภยํ ระวังภัยที่ยังมาไม่ถึง"** ความระวังระแวงนี้เรียกว่า ความตระหนักโดยไม่ตระหนก เพียรรักษาความปลอดภัยให้กับตัวเอง ครอบครัว หมู่บ้านและประเทศของเรา ตาจับจ้องดูภัยที่อาจจะมาถึง เรียกว่าจ้องตาไม่กะพริบ

การจับจ้องเป็นการเพ่งพินิจ ไม่ใช่จ้องอย่างอาฆาตมาดร้าย ระแวงจนเกินไป แต่เป็นการจับจ้องหรือเพ่งพินิจด้วยปัญญา เป็นการผ่อนคลายไปด้วย ไม่ใช่เป็นโรคประสาทเพราะระแวงเกินไป แค่ไอเจ็บคอนิดหน่อยก็คิดว่าตนเป็นโควิดไปแล้ว การเพ่งพินิจที่ถูกต้องทำให้เกิดปัญญา ดังพระบาลีนิกเขปบทที่ยกไว้ ณ เบื้องต้นว่า **"นตฺถิ ปญฺญา อฌายิโน ปัญญาคือความรอบรู้ไม่เกิดมีแก่ผู้ไม่เพ่งพินิจ"** คือผู้ที่ไม่จับจ้องเพ่งพินิจพิจารณา ฟังเทศน์วันนี้หากไม่ตั้งใจจับจ้องติดตามทุกประโยค ทุกคำพูด ปัญญาคือความรอบรู้เกี่ยวกับเรื่องที่เทศน์วันนี้จะไม่สมบูรณ์ จะตกหล่นหายไป เพราะใจลอยไปที่อื่น การจับจ้องสิ่งใดแสดงว่าเราไม่วอกแวกในสิ่งนั้นที่เรียกว่าจ้องตาไม่กะพริบ เราสนใจเรื่องใด จะจ้องดูอย่างละเอียด ติดตามเรื่องนั้นอย่างต่อเนื่องก็จะเกิดปัญญา คือความรอบรู้เกี่ยวกับเรื่องนั้น

ฉะนั้น ปัญญาจะเกิดต่อเมื่อมีการเพ่งพินิจ คือจับจ้อง **คำว่า เพ่งพินิจ** ตรงกับภาษาบาลีว่า ฌาน บางท่านตีความว่าเป็นฌานสมาบัติที่ได้จากการนั่งกรรมฐาน เช่น ปฐมฌาน ทุติยฌาน รูปฌาน อรูปฌาน เช่นนี้ก็ถูก แต่ฌานคือการเพ่งพินิจในที่นี้มีความหมาย ๒ อย่าง

อย่างที่ ๑ เรียกว่า อารัมมณูปนิชฌาน จับจ้องหรือเพ่งพินิจสิ่งที่มากระทบเรา เมื่อรูปารมณ์คือภาพมากระทบตา หากดูผิวเผินภาพจะไม่ชัด หากเราเพ่งพินิจจับจ้องก็จะเห็นรายละเอียดของภาพนั้น การเพ่งดูภาพนั้นนานราว ๔ - ๕ นาที เป็นกรรมฐานอย่างหนึ่งคือ เพ่งกสิณ เช่น เพ่งเทียน หรือเพ่งอะไรก็แล้วแต่ ตาเพ่งอารมณ์ที่มากระทบนี่เรียกว่า อารัมมณูปนิชฌาน

ขณะฟังเสียง หูก็จับอยู่กับเสียงนั้นเสียงเดียว นี่ท่านเรียกว่า ฌานคือเพ่งเรื่องเดียว ฟังเทศน์ก็ฟังอย่างเดียว ต่อให้มีเสียงอื่นมารบกวนก็ไม่สนใจ ตาดู หูฟัง มือสัมผัสอะไรก็ตาม ส่งใจไปจับจ้องจดจ่ออยู่กับเรื่องนั้น ท่านเรียกว่า เพ่งอารมณ์ให้เกิดความสงบ ถ้าเราคิดฟุ้งซ่านเรื่องอื่นแล้วอยากให้ใจสงบก็ต้องหาอะไรมาเพ่งดู จะเป็นต้นไม้ สายน้ำ ชื่นชมกับความงามของกระแสธาร เรามีความสุขสงบ ลืมปัญหาทั้งหลายเพราะใจนิ่งสงบอยู่กับสิ่งที่เพ่งเฉพาะหน้า

บางท่านนอนไม่หลับกลางคืน เปิดดูโทรทัศน์หรือฟังเทปธรรมะ ส่งใจตามกระแสของธรรมะที่พระบรรยาย ไม่ฟุ้งซ่านไปคิดถึงปัญหาชีวิตในรอบวันที่ผ่านมา สักพักก็หลับ นี่คือผลของฌานประเภทที่ ๑ สร้างความสงบ เรียกว่า อารัมมณูปนิชฌาน เพราะฉะนั้นการเข้าวัดทำบุญช่วยให้ลืมเรื่องกลุ้ม ขุ่นข้องหมองใจ เข้าไปในวัดแล้วมีบรรยากาศที่ทำให้เราเพ่งพินิจแล้วเกิดความสงบ นั่งเพ่งพระพุทธรูป จิตรกรรมฝาผนัง ฟังเสียงกระดิ่ง ระฆัง หรืออะไรก็แล้วแต่ จิตเป็นสมาธิผ่อนคลายแล้วเกิดความสงบ

ในสถานการณ์โควิดนี้ เรามีความวุ่นวายจิตใจ อ่านข่าว ฟังข่าวแล้วกลัดกลุ้ม หัดพักใจเสียบ้างด้วยการเพ่งใจไปยังเรื่องที่ทำให้เราสบายใจ คิดถึงสถานที่หรือคนที่ทำให้เรามีความสุข ท่านเรียกว่า ฌานที่สร้างความสงบ คนญี่ปุ่นถนัดในการใช้การเพ่งพินิจในชีวิตประจำวัน

การเพ่งพินิจของคนญี่ปุ่น ภาษาบาลีเรียกว่า ฌาน คนญี่ปุ่นเรียกว่า เซน พระพุทธศาสนานิกายเซนของญี่ปุ่น คือการนำเอาฌานหรือการเพ่งพินิจไปใช้ในทุกกิจกรรมที่ทำประจำวัน ทำอย่างช้า ๆ มีสมาธิ เช่น ชงชาอย่างมีสมาธิ ใครได้ไปร่วมพิธีชงชาของญี่ปุ่น ต้องยอมรับว่าไม่ใช่เรื่องสุกเอาเผากิน คนชงชาจะมีสมาธิเพ่งพินิจกับชาที่ชง การจัดดอกไม้ก็จะมีการเพ่งไม่วอกแวก ดอกไม้ที่จัดจึงสวยงาม สินค้าของญี่ปุ่นใส่ใจเรื่องหีบห่อบรรจุภัณฑ์ ไม่ว่าจะเป็นกล่องบรรจุอาหารญี่ปุ่น ภาชนะทุกอย่าง แม้กระทั่งห่อใส่ขนม ทำสวยงาม เพราะในชีวิตประจำวันพวกเขาเพ่งพินิจจนเกิดสุนทรียะ คือความงาม ผ่อนคลายเมื่อไปวัดดูสวนญี่ปุ่น มีเม็ดทรายกระจายอยู่ในสวน มีก้อนหินและบอนไซ แค่นั้น เรียบง่ายงดงาม ไม่มีอะไรมากมายที่ทำให้คนวอกแวกในสวนญี่ปุ่น เขาต้องการให้เพ่งพินิจ แม้กระทั่งในศิลปะการต่อสู้ไม่ว่าจะเป็นซูโม ยูโด ซามูไรสมัยโบราณ ล้วนใช้การเพ่งพินิจทั้งนั้น ที่ทำฌานเพ่งพินิจ ก็เพื่อให้เกิดความสงบใจ

ดังกรณีที่ซามูไรคนหนึ่งไปวัดญี่ปุ่นเพื่อจะไปเรียนศาสนาแบบเซน นักดาบซามูไรคนนี้ใจร้อนยโสโอหัง เขาเดินสวนทางกับอาจารย์เจ้าพิธีชงชาก็ไม่หลบ กระแทกไหล่ใส่กัน อาจารย์เจ้าพิธีชงชาไม่ทันสังเกต ไม่นึกว่าในวัดจะมีคนเดินถือดาบซามูไรมา ก็เกิดกระทบกระทั่งกัน นักดาบซามูไรโกรธมาก หาว่าหมิ่นศักดิ์ศรี อย่างนี้ถือว่าท้าทาย เขาท้าดวลดาบกับอาจารย์ชงชาคนนั้นจะขอโทษเขาก็ไม่ยอม เขากำหนดดวลดาบซามูไรในวันรุ่งขึ้น

อาจารย์เจ้าพิธีชงชาฟันดาบไม่เป็นแต่ก็ต้องรับคำท้า เขากลับเข้าวัดไปปรึกษาหลวงพ่ออาจารย์เซน อดีตเคยเป็นนักดาบซามูไรก่อนบวช ปรึกษาว่าทำอย่างไรจึงจะสู้กับนักดาบซามูไรตัวจริงได้ ปรึกษาไปก็ชงชาถวายท่านไปด้วย

หลวงพ่ออาจารย์เซนนั่งดูเจ้าพิธีชงชาที่กำลังชงชาถวายท่าน เห็นความสงบในสีหน้าความมีสมาธิเพ่งพินิจในขณะชงชา หลวงพ่อจึงแนะนำว่า พรุ่งนี้เวลาดวลกัน จงวางสีหน้าเรียบเฉยแบบที่ท่านกำลังทำด้วยการเพ่งพินิจในขณะชงชาถวายพระ มีสติสมาธิทุกขณะ ดูสงบนิ่งยกดาบซามูไรขึ้นบนศีรษะเพื่อจ้องจะฟัน ให้คิดถึงขณะที่กำลังชงชา ใจเคยนิ่งขณะชงชาอย่างไรให้คิดอย่างนั้น แม้ขณะนั้นเป็นวาระแห่งความเป็นความตาย ไม่ต้องคิดถึงเรื่องอื่น คิดแต่เรื่องชงชาขณะยกดาบซามูไรไว้เหนือศีรษะ เตรียมพร้อมที่จะฟันออกไป

พอรุ่งขึ้นเจ้าพิธีชงชาไปถึงสถานที่นัดดวลดาบ นักซามูไรก็ชักดาบออกมา จับจ้องไปที่เจ้าพิธีชงชา ฝ่ายเจ้าพิธีชงชาก็ยกดาบซามูไรชูไว้เหนือศีรษะส่งใจนึกถึงการชงชาที่ตัวเองชอบสีหน้านิ่งสงบ เหมือนกับอยู่ในพิธีชงชา เขาถือดาบยืนนิ่ง สีหน้าเรียบเฉยในขณะแห่งความเป็นความตาย เวลาผ่านไปสักพักใหญ่ นักดาบซามูไรจ้องไปที่สีหน้าอันเรียบเฉยของเจ้าพิธีชงชาใจเขาสงบตามไปด้วย เมื่อฝ่ายหนึ่งสงบจึงไม่กระตุ้นความโกรธเกลียด กลับมีพลังจูงใจให้อีกฝ่ายหนึ่งเกิดความสงบไปด้วย พอจิตสงบและซาบซึ้งในสีหน้าอันเรียบสงบของเจ้าพิธีชงชา นักดาบซามูไรได้รับกระแสแห่งความชุ่มเย็น เขาค่อย ๆ วางดาบลง โค้งศีรษะคำนับแล้วหยิบดาบเดินจากไปด้วยความนับถือ นี่เรียกว่า **ใช้ความสงบ สยบความเคลื่อนไหว**

ในสภาวะที่เป็นวิกฤตหัวเลี้ยวหัวต่อแห่งความเป็นความตาย ถ้าใจเราเพ่งพินิจเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ไม่ใส่ใจกับปัญหารอบข้างขณะนั้น จิตของเราจะสงบและทำให้เกิดปัญญาว่าจะหาทางออกอย่างไร จะเอาชนะอย่างไร จะเกิดความตระหนักโดยไม่ตื่นตระหนก เพราะเราฝึกเพ่งพินิจนี่คือการใช้ธรรมะในชีวิตประจำวัน เรามาสวดมนต์ที่วัด เมื่อกลับไปบ้านเจอรถติด แทนที่จะนั่งอยู่ในรถเฉย ๆ เราก็สวดมนต์ในใจไปด้วย เคยนั่งกรรมฐานภาวนาอยู่แต่ในบ้าน แต่เมื่อต้องไปประชุมในสถานที่ ที่มีคนทะเลาะกันก็ภาวนาในใจไปด้วย ไม่ทิ้งการเพ่งพินิจ ทำอย่างนี้แล้วชีวิตจะเปลี่ยน ต่อให้มีโควิดรุมล้อม เราก็สามารถนึกถึงบทสวดมนต์ หรือสิ่งดีงาม ใช้กรรมฐานคุ้มครองใจด้วยการเพ่งพินิจ

ถามว่า เหตุใดคนเรามักเพ่งพินิจไม่ค่อยได้ ในสถานการณ์ต่าง ๆ เราอยากจะเพ่งพินิจ แต่ใจเกิดการวอกแวก ไม่เกิดความรับรู้ด้วยปัญญา ตอบว่า เพราะการฝึกฝนยังไม่ถูกจุด เราต้องฝึกใจให้เพ่งพินิจในสิ่งที่ชอบเป็นเบื้องต้น ท่านเรียกการเพ่งพินิจในสิ่งที่ชอบนี้ว่า **ฉันทสมาธิ** แปลว่า สมาธิที่เกิดจากฉันทะคือความชอบใจ

คนเราชอบเรื่องใด จะเพ่งพินิจเรื่องนั้นได้นาน เราชอบคนไหน จะคุยและมองหน้าเขาได้นาน ชอบนักร้องคนใด จะฟังเพลงหรือชมคอนเสิร์ตของเขาได้นาน ชอบวิชาไหน จะเรียนวิชานั้นได้นาน ชอบธรรมะของใคร ก็จะศึกษาธรรมะของเขาได้นาน แต่หากว่าใจไม่ชอบ เราจะเพ่งพินิจได้ยาก ดังนั้น เราต้องฝึกใจให้ชอบคือมีฉันทะ แล้วการเพ่งพินิจจะตามมา ฝึกเพ่งพินิจในเรื่องที่ชอบก่อน และเมื่อเพ่งพินิจแล้ว ปัญญาจะตามมา ดังมีกรณีที่เกิดขึ้นในกรุงนิวยอร์ก ประเทศสหรัฐอเมริกา

ชายสองคนเป็นเพื่อนกัน คนหนึ่งมาจากบ้านนอก อีกคนเป็นคนในเมือง ทั้งสองคนเดินไปตามถนนในเวลากลางคืน รถก็วิ่งไปมาตามถนน ชายบ้านนอกเป็น**คนอินเดียนแดง** เป็นคนพื้นเมือง ขณะที่ชายบ้านนอกเดินคุยไปกับเพื่อนชาวกรุง เขาหยุดเดินแล้วถามว่า "ได้ยินเสียงจิ้งหรีดร้องใกล้ทางเดินหรือไม่"

คนในเมืองตอบว่า "ไม่ได้ยิน มีแต่เสียงรถแล่นไปมา"

คนอินเดียนแดงบอกว่า "แถวนี้มีจิ้งหรีดเพราะผมได้ยินเสียงร้อง"

คนบ้านนอกเดินไปตามเสียงร้องนั้นแล้วพบจิ้งหรีดจริง ๆ

คนในเมืองรู้สึกอัศจรรย์ใจถามว่า "เหตุใดคุณจึงได้ยินเสียงจิ้งหรีด ซึ่งผมไม่ได้ยินเลย"

คนอินเดียนแดงตอบว่า "ขึ้นอยู่กับที่ว่าคุณให้ความสนใจจิ้งหรีดหรือเปล่า ถ้าคุณเห็นว่าจิ้งหรีดสำคัญ คุณจะได้ยินเสียงมันเอง ถ้าใจชอบเรื่องไหน คุณจะได้ยินเรื่องนั้น ไม่เชื่อจะทดลองให้ดู"

พวกเขาพากันเดินไปบริเวณที่มีไฟฟ้าส่องสว่างหน้าห้างสรรพสินค้า ชายบ้านนอกหยิบเหรียญ ๒๕ เซนต์ออกมาจากกระเป๋า ๒ - ๓ เหรียญ และโยนเหรียญไปบนพื้น ซึ่งขณะนั้นมีเสียงคนกำลังคุยกัน อีกทั้งมีเสียงรถ เสียงบีบแตรเยอะแยะไปหมด ไม่น่าที่จะมีใครได้ยิน แต่พอมีเหรียญ ๒ - ๓ เหรียญหล่นกระทบพื้น ตาของคนที่เดินผ่านหันมามองว่าเงินตกที่ไหน เพราะว่าในใจของคนในเมืองมีแต่เรื่องเงิน พอได้ยินเสียงอย่างนี้ก็รู้ว่าเป็นเสียงเงินทันที แต่คนอินเดียนแดงเป็นคนบ้านนอก ชอบฟังแต่เสียงจิ้งหรีด เสียงนกร้อง เขาจึงได้ยินเสียงจิ้งหรีด คนในเมืองได้ยินเสียงเงินตก เราให้คุณค่ากับเรื่องใด ใจก็จะจับจ้องกับเรื่องนั้น ดังคำประพันธ์ที่ว่า

"สองคนยลตามช่อง　　คนหนึ่งมองเห็นโคลนตม
อีกคนตาแหลมคม　　เห็นดวงดาวอยู่พราวพราย"

คนเห็นโคลนตมเพราะจับจ้องแต่เรื่องไม่ดี เขามองโลกในแง่ร้าย ส่วนอีกคนหนึ่งมองโลกในแง่ดีจึงเห็นดวงดาว เขาชื่นชมสิ่งดีงาม มองไปทางไหนก็เห็นแต่เรื่องดีงาม มีความสุขทุกวัน ดังกรณีที่อาจารย์วิชาจิตวิทยาแห่งมหาวิทยาลัยที่แคลิฟอร์เนียได้สั่งนักศึกษากลุ่มหนึ่งให้จดบันทึกแต่เรื่องดี ๆ ที่เกิดขึ้นจำนวน ๓ เรื่องต่อสัปดาห์ต่อเนื่องเป็นเวลา ๑๐ สัปดาห์ ส่วนอีกกลุ่มหนึ่งให้บันทึกเรื่องที่ไม่ดี ๓ เรื่องต่อสัปดาห์ต่อเนื่องเป็นเวลา ๑๐ สัปดาห์ เมื่อครบเวลาที่กำหนดอาจารย์เรียกมาสอบถาม ผลปรากฏว่าคนที่จดแต่เรื่องดี ๆ มีความสุขมากขึ้น สุขภาพดีขึ้น ส่วนคนที่จดแต่เรื่องร้าย ๆ ผลออกมาว่า สุขภาพจิตแย่ลง มีทุกข์มากขึ้น ไปหาหมอบ่อยขึ้น เพราะว่าฝึกให้ชินกับเรื่องร้าย ๆ จึงเพ่งพินิจแต่เรื่องร้าย ๆ ต่างจากคนที่ฝึกให้ชินกับเรื่องดี ๆ สุขภาพจิตดีขึ้น การเพ่งพินิจเรื่องดี ๆ ทำให้เกิดความสงบสุข นี่เรียกว่าฌานประเภทที่ ๑ คือ อารัมมณูปนิชฌาน เพ่งพินิจผัสสะที่มากระทบที่ทำให้เราเกิดความสุขสงบ

ฌานประเภทที่ ๒ เรียกว่า ลักขณูปนิชฌาน แปลว่าเพ่งพินิจไปที่ลักษณะร่วมของสิ่งทั้งหลาย ไม่ได้เพ่งเรื่องเดียว แต่เพียงหลายเรื่องเพื่อหาแก่นแห่งความจริง เวลาฟังคนพูดเกี่ยวกับเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หากเราฟังอยู่เรื่องเดียวไม่สนใจเรื่องอื่น เรียกว่า อารัมมณูปนิชฌาน เพ่งเพื่อให้เกิดความสงบ แต่ถ้าฟังเรื่องเดียวกันจากหลาย ๆ คน แล้วดึงข้อมูลที่พวกเขาพูดมาสรุปเป็นสาระสำคัญ เราเกิดปัญญามากขึ้น นี่เรียกว่า ลักขณูปนิชฌาน ที่ไม่ได้มุ่งให้เกิดความสงบ แต่มุ่งให้เกิดความเข้าใจ ความตระหนักรู้ อย่างเช่นเราดูข่าวเรื่องโควิดระบาด เราไม่ได้ดูแต่ข่าวในประเทศไทย เราดูข่าวประเทศเพื่อนบ้าน ในอังกฤษ อเมริกาแล้วหาจุดร่วมว่ามันระบาดเพราะอะไร และสงบลงเพราะอะไร เพราะการฉีดวัคซีนหรือเพราะวิถีชีวิตใหม่ เราก็จะได้ข้อสรุปเป็นวิธีปฏิบัติที่ถูกต้องในสถานการณ์โควิด นี่เรียกว่าเพ่งพินิจแล้วได้ปัญญา เวลาที่ฟังพระเทศน์หลายเรื่อง เราสรุปเอามาเป็นแก่นในการปฏิบัติ นี่เรียกว่าลักขณูปนิชฌาน คนที่เพ่งพินิจในเรื่องใดก็จะได้ปัญญาในเรื่องนั้น

ใคร ๆ ก็เคยเห็นผลไม้หล่นจากต้น แต่ไม่ได้เพ่งพินิจ แต่คนคนหนึ่งนั่งจ้องดูลูกแอปเปิ้ลที่ตกลงมา จากต้นแอปเปิ้ลหลายต้นแล้วเก็บเอาไปเพ่งพินิจเพื่อตอบคำถามว่า ทำไมลูกแอปเปิ้ลจึงตกลงมาเขาเพ่งพินิจพิจารณาจนได้บทสรุปว่า เพราะถูกแรงโน้มถ่วงของโลกดึงให้ตกลงมา และไม่ใช่เฉพาะแอปเปิ้ลที่ตกลงมา สิ่งของทุกอย่างก็ตกลงมาเช่นกัน เขาจึงสรุปว่าเป็นเพราะแรงโน้มถ่วง ชายคนนี้เป็นคนแรกที่ค้นพบกฎแห่งแรงโน้มถ่วงของโลก เขาเป็นนักวิทยาศาสตร์ที่ยิ่งใหญ่ ชื่อว่า **ไอแซก นิวตัน**

ปัญญาทางวิทยาศาสตร์มาจากการเพ่งพินิจ เกิดจากการติดตามเฝ้ามองเหมือนเพ่งกสิณ **อเล็กซานเดอร์ เฟลมมิง** ผู้ค้นพบเพนิซิลลินก็ทำแบบเดียวกัน ก่อนออกเดินทางไปพักร้อนนอกเมือง เขาวางถาดเพาะเลี้ยงเชื้อไว้บนม้านั่งที่มุมห้อง เมื่อกลับมาเขาพบว่ามีถาดเพาะเชื้ออันหนึ่ง

เกิดการปนเปื้อนด้วยเชื้อรา และในบริเวณที่เชื้อราเกิดขึ้นนั้นแบคทีเรียถูกทำลายไป เขาได้นำถาดเพาะเชื้อชิ้นนั้นไปเพาะเลี้ยงต่อ แล้วพบว่าเชื้อรานั้นได้ฆ่าแบคทีเรียที่ก่อให้เกิดโรคหลายชนิด เขาได้ตั้งชื่อสารนั้นว่าเพนิซิลลิน ถ้าเขาไม่เพ่งพินิจ แต่กลับนำเอาถาดที่ใส่เชื้อราไปล้างเหมือนคนทั่วไป ก็จะไม่มีการค้นพบเพนิซิลลิน ถ้าไม่มีการเพ่งพินิจ จะไม่เกิดปัญญาและจะไม่มีการค้นพบทางวิทยาศาสตร์

ลักขณูปนิชฌาน เป็นการเพ่งหาลักษณะร่วมหรือสามัญลักษณะในทางวิทยาศาสตร์ ซึ่งทำให้ค้นพบกฎวิทยาศาสตร์ ถ้าเป็นทางธรรม เรียกว่าเพ่งพินิจแล้วได้เห็น**อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา** ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนท่านโมฆราชว่า **"สุญฺญโต โลกํ อเวกฺขสฺสุ โมฆราช สทา สโต"** แปลว่า **"โมฆราช เธอจงมีสติทุกเมื่อ มองโลกหรือเพ่งพินิจโดยความเป็นของว่าง"** คำว่า **ว่าง** หมายถึง ว่างจากแก่นสาร สาระ เพ่งความว่างมาก ๆ ในที่สุดก็เห็นสรรพสิ่งเป็นความว่าง ไม่มีอะไรจะต้องยึดมั่นเป็นตัวฉัน ของฉัน รู้แล้วละ รู้แล้ววาง บรรลุธรรม ดับทุกข์

ลักขณูปนิชฌาน การเพ่งพินิจหาลักษณะร่วมทำให้เกิด**ปัญญาทั้งในทางวิทยาศาสตร์และเกิดปัญญาในทางธรรม**ใช้แก้ปัญหาชีวิตได้ คนไม่มีการเพ่งพินิจแก้ปัญหาไม่ได้ เพราะตื่นตระหนก ไม่เกิดความตระหนัก ติดโควิดโดยไม่รู้ตัว เพราะไม่มีการเพ่งพินิจถึงทางมาของโควิดที่มาติดตัวเขา เมื่อถูกถามถึงไทม์ไลน์ว่าไปไหนมาบ้างก็ไม่รู้ แสดงว่าไม่ได้ระมัดระวังว่ามีความเสี่ยงที่ไหน มีกิจกรรมเสี่ยงที่ใด แต่ถ้าเป็นคนที่เพ่งพินิจ เขาจะระมัดระวัง ก็จะไม่ติดโควิด และหากติดโควิดแล้วก็จะกันไม่ให้ลุกลามแพร่เชื้อไปติดคนอื่น เขาจำกัดความเสียหายได้ เพราะมีไทม์ไลน์ว่าไปติดมาจากใคร ก็พาคนกลุ่มนั้นไปกักบริเวณ ถ้าหาไทม์ไลน์ไม่ได้ ก็ไม่รู้ว่าจะไปคุมที่ไหน พอไม่มีไทม์ไลน์ก็ติดกันมโหฬาร สืบไม่ได้ว่าคนแรกไปติดมาจากที่ใด

การเพ่งพินิจทำให้รู้เท่าเอาไว้ป้องกัน รู้ทันเอาไว้แก้ไข เกิดการระมัดระวังไม่ให้คนงานในโรงงานนี้นำเอาเชื้อโควิดไปแพร่ให้โรงงานอื่น ตอนนี้โควิดลุกลามไปทั่ว ไม่ติดกันเฉพาะในกลุ่มคนที่ใช้แรงงาน แสดงว่าไม่ได้มีการกักตัวกันอย่างเข้มงวด โควิดก็แพร่ไปติดชาวบ้าน และสมาชิกในครอบครัว เมื่อขาดการเพ่งพินิจ ขาดการติดตามอย่างต่อเนื่องว่า คนคนหนึ่งไปไหนมาบ้างจึงแพร่ไปติดคนจำนวนร้อย กลายเป็นคลัสเตอร์ใหม่อยู่เรื่อย ๆ ตอนนี้ทางการไม่นิยมทำลักขณูปนิชฌาน เพื่อหาลักษณะร่วมกันของการติดโควิดแต่ละแห่งว่ามีลักษณะอย่างไร เป็นสายพันธุ์อะไรติดมาจากไหน ปีที่แล้วคนไทยติดโควิดน้อย เพราะเป็นเชื้อสายพันธุ์ที่มาจากจีน ต้นปีนี้ติดโควิดมากขึ้นเพราะเป็นสายพันธุ์ G ในระลอกที่ ๒ ตอนนี้เป็นระลอกที่ ๓ เชื้อผ่านมาจากกัมพูชาเป็น**สายพันธุ์อังกฤษ** ซึ่งดุมากกว่า แพร่ได้เร็วกว่า ภายใน ๒ - ๓ เดือน สายพันธุ์อังกฤษยึดประเทศไทยไปแล้ว คนติดโควิดสายพันธุ์อังกฤษคิดเป็น ๘๐ เปอร์เซ็นต์ของคนติดเชื้อทั้งหมด สายพันธุ์นี้แพร่ได้เร็วกว่าเดิม รุนแรงกว่าเดิม คนตายมากกว่าเดิม ต่อนี้ไป **สายพันธุ์อินเดีย** กำลังจะเข้ามาในอีก ๒ สัปดาห์ สายพันธุ์นี้หนักกว่าสายพันธุ์อังกฤษ ติดไวกว่า และรุนแรงกว่า

การเพ่งพินิจแบบลักขณูปนิชฌานช่วยให้พบลักษณะร่วมในการควบคุมโควิดที่ทำสำเร็จที่ใดที่หนึ่งเอามาเป็นโมเดลเพื่อเอาไปใช้ที่อื่น การหาโมเดลจากสถานที่ที่เคยคุมได้ เช่น คลองเตยเอามาถอดรหัส เรียกว่าลักขณูปนิชฌาน เพ่งพินิจจนเห็นลักษณะร่วมแล้วเกิดปัญญา เพ่งให้พบแก่นสาระ แล้วหาลักษณะร่วมเอามาคุ้มครองตนเอง ระดับวัดวาอารามก็ทำแบบเดียวกัน คือ ทำฌาน ๒ อย่าง เพ่งพินิจให้เกิดความสงบ และให้เกิดปัญญา เห็นลักษณะร่วมแล้วรู้เท่าเอาไว้ป้องกัน รู้ทันเอาไว้แก้ไข อย่าให้สายพันธุ์อินเดียเข้ามาหนักกว่านี้ ตาจ้องอย่ากะพริบตา เราต้องช่วยกันคุ้มครองป้องกัน ถ้าเมื่อใดไม่จับจ้องเพ่งพินิจ ปล่อยให้การ์ดตกก็จะมีปัญหา แต่หากการ์ดไม่ตกตาจ้องไม่กะพริบก็จะแก้ปัญหาได้ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสเล่าไว้ใน**นิทานชาดก**เรื่องหนึ่ง ดังต่อไปนี้

ในป่าหิมพานต์มีลิงอยู่ฝูงหนึ่ง หัวหน้าฝูงเป็นลิงตัวผู้ขี้อิจฉา ถ้ามีลูกลิงเป็นตัวเมียจะเลี้ยงเอาไว้มาประดับบารมี เป็นแม่พันธุ์ต่อไป แต่ถ้ามีลูกลิงตัวผู้ หัวหน้าฝูงจะจับตอนหมดด้วยการกัดอวัยวะเพศของลูกลิงตัวผู้ ทำอย่างนี้จนได้ครองฝูงมานาน ต่อมาแม่ลิงตัวหนึ่งคลอดลูกเป็นตัวผู้ กลัวลูกลิงจะถูกตอนก็แอบพาไปซ่อนเลี้ยงไว้จนลูกลิงโตเป็นหนุ่ม หาผลไม้กินเองได้แข็งแรงกำยำ ลูกลิงถามแม่ลิงว่า ใครเป็นพ่อ แม่ก็บอกว่า ลิงจ่าฝูงที่ดงไม้นั้นคือพ่อของเจ้า ลูกลิงจึงขอให้แม่พาไปพบพ่อลิงจ่าฝูงนั้น แม่ลิงก็พาไปพบพ่อลิง เมื่อไปถึงแม่ลิงแนะนำว่านี่คือลูก ไปเติบโตที่อื่น ตอนนี้อยากเห็นหน้าพ่อจึงพามาพบ

ความอิจฉาริษยาของจ่าฝูงเกิดขึ้นจึงบอกให้ลูกลิงข้ามาหา พอลูกลิงเข้ามาใกล้ ๆ พ่อลิงก็โอบรัดตัวลูกหวังจะให้กระดูกแตกแหลกลาญ แต่ลูกลิงตัวนี้เป็นลิงโพธิสัตว์ มีร่างกายแข็งแรงใช้กำลังโอบรัดพ่อลิงจนแทบหายใจไม่ออกจนพ่อลิงต้องปล่อยและนึกในใจว่า นี่เป็นลิงรุ่นหลังเก่งกว่าเรา ถ้าหากอยู่ในฝูงมันต้องยึดอำนาจแน่นอน จึงออกอุบายว่า พ่ออยากจะตั้งเจ้าเป็นทายาทสืบต่อการปกครองฝูงลิง แต่เจ้าต้องแสดงความสามารถด้วยการไปเอาดอกบัวในสระ ๑๐ ดอก มาทำพิธีแต่งตั้งเป็นทายาท เพื่อเป็นเจ้าฝูงลิงต่อไป

ลิงหนุ่มไปที่สระน้ำในป่าลึก ตอนแรกนึกดีใจว่าพ่อลิงจะให้เป็นจ่าฝูงแทน พอไปเห็นสระน้ำ เพ่งพินิจดูก็พบว่า ในสระน้ำมีดอกบัวหลายชนิด น่าลงไปดื่มน้ำแล้วเด็ดดอกบัว แต่เมื่อเพ่งดูสิ่งแวดล้อมรอบสระแล้วเกิดความสงสัยว่าทำไมไม่มีสัตว์อื่นมากินน้ำ น้ำเป็นพิษหรือไม่ แต่ก็มีปลาว่ายน้ำจึงไม่น่าจะเป็นพิษ ลิงหนุ่มมองเห็นรอยเท้าสัตว์เดินลงสระ แต่ไม่มีรอยเท้าขึ้นจากสระ คาดว่าในสระนี้อาจมีจระเข้หรือสัตว์ร้ายที่ดักกินสัตว์ที่ลงไปกินน้ำ นั่นแสดงว่าพ่อลิงต้องการจะให้สัตว์ร้ายที่อยู่ในสระฆ่าเราแทน พ่อจึงออกอุบายให้เรามาเก็บดอกบัว

ลิงหนุ่มเพ่งพินิจเห็นรอยเท้าสัตว์เอามาปะติดปะต่อเกิดลักขณูปนิชฌาน มองเห็นความเชื่อมโยงของสถานการณ์ สรุปได้ด้วยปัญญาว่า พ่อลิงทำทีเป็นหวังดีแต่ประสงค์ร้าย ให้มาเก็บดอกบัวเพื่อที่จะให้ตนตาย พอรู้เท่ารู้ทันแล้ว จึงยืนอยู่ริมสระ เอื้อมมือไปเด็ดดอกบัวได้ ๒ ดอก แต่ว่าไม่มีดอกบัวเหลืออยู่ริมสระ จึงหามุมสระที่แคบแล้วก็โดดจากมุมสระหนึ่งไปยังอีกมุมสระหนึ่ง

ในจังหวะที่โดดไปนั้นก็เก็บดอกบัวไปด้วย โดยที่ไม่ลงสระน้ำเลย เก็บดอกบัวได้ ๑๐ ดอกนำมากองไว้ริมสระ ภูมิใจในความสำเร็จของตัวเอง

ทันใดนั้นก็มีตัวประหลาดโผล่ขึ้นจากสระน้ำ รูปร่างน่าเกลียดน่ากลัว เป็นยักษ์อาศัยอยู่ในน้ำเรียกว่า รากษส สุนทรภู่เรียกว่า**ผีเสื้อสมุทร คือยักษ์ในทะเล** ถ้าเป็นยักษ์ในสระน้ำเรียกว่า **ผีเสื้อน้ำ** รูปร่างคล้ายคน มีเขี้ยวโง้ง ตัวดำใหญ่ โดดขึ้นจากสระน้ำมายืนบนฝั่งแล้วประนมมือคารวะ กล่าวว่านับถือท่าน ไม่เคยมีใครเอาดอกบัวไปได้เป็นกำอย่างท่าน ท่านมีปัญญา สามารถเก็บได้ดอกบัวโดยไม่ต้องเสียชีวิตเหมือนสัตว์อื่น

ลิงหนุ่มกล่าวตอบว่า “นั่นเพราะเราเพ่งพินิจ ถ้าเราไม่เพ่งพินิจก็ไม่มีปัญญาพอที่จะเอาดอกบัวไปได้”

ผีเสื้อน้ำฟังแล้วก็ถามว่า “ท่านจะเอาดอกบัวไปทำอะไร”

ลิงหนุ่มตอบว่า “เอาไปทำพิธีตั้งเราเป็นทายาทปกครองฝูงลิง”

ผีเสื้อน้ำบอกว่า “ถ้าเป็นเช่นนั้น ท่านไม่ต้องหอบดอกบัวทั้งหมดไป เราจะถือไปให้” ว่าแล้วก็หอบดอกบัวเดินตามหลังลิงหนุ่มไป พอเข้าใกล้ฝูง ลิงจ่าฝูงผู้เป็นพ่อเห็นลูกลิงไม่ตายและยังให้ผีเสื้อน้ำถือดอกบัวตามหลังมา พ่อลิงตกใจกลัวสุดขีดจนหัวใจวายตาย ลิงหนุ่มจึงได้เป็นจ่าฝูงแทนตั้งแต่นั้นมา ลิงนี้ไม่ถูกผีเสื้อน้ำฆ่าตายเพราะรู้จักเพ่งพินิจจนเกิดปัญญาพาตนให้พ้นภัย

ฉะนั้น ฝึกใจให้ชอบในเรื่องใดก็เพ่งพินิจในเรื่องนั้นเพื่อให้เกิดความสงบใจด้วยอารัมมณูปนิชฌาน คือเพ่งเรื่องเดียวเหมือนกับอาจารย์เจ้าพิธีชงชามีใจสงบต่อหน้านักดาบซามูไร หรือเกิดความสงบต่อหน้าศัตรูเหมือนพญาวานรโพธิสัตว์เกิดความสงบต่อหน้าผีเสื้อน้ำ คนเราถ้ารู้จักเพ่งพินิจเกิดความสงบใจในสถานการณ์ที่วุ่นวายก็เป็นสุข ถ้ารู้จักเพ่งพินิจให้เห็นลักษณะร่วมหรือเห็นแก่นของสิ่งทั้งหลาย ก็จะเกิดปัญญา มองเห็นทางออกในการแก้ปัญหา

ตอนนี้โควิดระบาดหนัก เราไม่ควรนิ่งนอนใจ คอยจับจ้องไว้ เพราะต้นปีนี้เราการ์ดตก คิดว่าเราปราบโควิดอยู่ แต่แท้จริงแล้ว โควิดสายพันธุ์อังกฤษเข้ามายึดประเทศไทยไปเรียบร้อย เพราะเราการ์ดตก ไม่เพ่งพินิจ ไม่จับจ้อง และต่อไปนี้ถ้าไม่เพ่งพินิจ ไม่จับจ้อง ไม่ระมัดระวัง ไม่หาลักษณะร่วมของการรักษาพยาบาลที่ใช้ได้ดีในที่หนึ่ง เอาไปใช้อีกที่หนึ่ง ปล่อยให้คนเจ็บป่วยล้นโรงพยาบาล ในที่สุดนำไปสู่การแพร่ระบาดหนักขึ้นไปอีก เพราะสายพันธุ์อินเดียเป็นเหตุ ดังนั้น อย่าประมาท การ์ดอย่าตก จับจ้องเอาไว้ ตาอย่ากะพริบด้วยการเพ่งพินิจ คือทำฌาน

ถ้าไม่ทำฌานจะไม่เกิดการระมัดระวัง ไม่เกิดปัญญา ดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกไว้ ณ เบื้องต้นว่า **“นตฺถิ ปญฺญา อฌายิโน ปัญญาความรู้รอบย่อมไม่เกิดแก่ผู้ไม่เพ่งพินิจไม่ทำฌาน”** ตรงกันข้ามผู้เพ่งพินิจ ผู้ทำฌาน ย่อมจะเกิดปัญญารู้เท่ารู้ทัน รู้กันรู้แก้ ทำให้ประเทศ

ชาติปลอดภัยจากโควิด โดยเฉพาะสายพันธุ์อินเดียที่จะตามมาด้วย ดังนั้น ฌานคือการเพ่งพินิจจะคุ้มครองป้องกันให้พ้นจากโควิด ๑๙ ดังที่รับประทานวิสัชนามา พอสมควรแก่เวลา

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัยและบุญกุศลทั้งปวง รวมทั้งเดชานุภาพของพระพุทธธรรมวิเชษฐศาสดา พระประธานในพระอุโบสถ หลวงพ่อพระพุทธนาคอันศักดิ์สิทธิ์ในพระวิหาร พระบรมสารีริกธาตุบนพระเจดีย์ จงมารวมกันเป็นตบะ เป็นเดชะ พลวปัจจัยคุ้มครองป้องกันภัยจากโควิด ๑๙ ให้เจริญรุ่งเรืองด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ ธรรมสารสมบัติ ธนสารสมบัติ ปรารถนาสิ่งใดที่ชอบประกอบด้วยธรรม ขอให้ความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จสมมโนรถมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนา ใน**ฌานกถา ว่าด้วยการเพ่งพินิจ** พอสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

พุทธิวินยกถา ว่าด้วยความรู้คู่ระเบียบวินัย*

โน เจ อสฺส สกา พุทฺธิ วินโย วา สุสิกฺขิโต
วเน อนฺธมหีโสว จเรยฺย พหุโก ชโนติ.

(ขุ. ชา. ๒๗/๑๐๔๘)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนาใน**พุทธิวินยกถา ว่าด้วยความรู้คู่ระเบียบวินัย** เพื่อเป็นเครื่องประคับประคองฉลองศรัทธา ประดับปัญญาบารมี อนุโมทนากุศลบุญราศีของญาติโยมพุทธศาสนิกชนทั้งหลายผู้ตั้งใจสดับรับฟังพระธรรมเทศนานี้ ผ่านการถ่ายทอดทางสื่อสังคมออนไลน์จากพระอุโบสถวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เป็นการแสดงธรรมประจำในวันพระ วันธรรมสวนะ แต่ก็ปรับให้สอดคล้องกับสถานการณ์โควิด ๑๙ โดยเป็นการแสดงธรรมจากวัด ให้ท่านทั้งหลายได้ฟังธรรมขณะที่อยู่ ณ เคหสถานบ้านเรือน หรือวัดวาอารามต่าง ๆ เป็นการปรับให้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลง ยิ่งในสถานการณ์ที่โควิด ๑๙ ระบาดมากขึ้นในประเทศไทย สร้างความกดดันในสภาพจิตใจที่หวาดกลัวต่อโรคภัยไข้เจ็บ และยังกดดันในด้านทุพภิกขภัย ข้าวยากหมากแพงเพราะการประกอบอาชีพมีปัญหามีอุปสรรค

ในสภาวะที่ประสบทุกข์เช่นนี้ จำเป็นที่คนเราต้องมีธรรมเอาไว้เตือนสติ ชี้ทางออกให้กับชีวิต ถ้าโลกนี้ไม่มีความทุกข์ พระพุทธเจ้าไม่จำเป็นต้องอุบัติ พระธรรมไม่จำเป็นต้องส่องแสง แต่เพราะโลกนี้มีความทุกข์ เราจึงได้พบพระพุทธศาสนา มีพระธรรมคำสั่งสอนเป็นยาใจเรียกว่า ธรรมโอสถ รักษาจิตใจให้พ้นจากโรค คือความทุกข์ทางจิตใจ เรียกว่า เจตสิกโรค และยังสามารถพาให้เราผ่านวิกฤตโควิด ๑๙ อันเป็นกายิกโรค คือ โรคทางกาย

อาตมภาพได้บอกผ่านการแสดงพระธรรมเทศนาว่าให้ระมัดระวังการระบาดของไวรัสโควิด ๑๙ ที่จะเข้ามาแทนที่สายพันธุ์จากอังกฤษ ที่เรียกว่าแอลฟา ได้เตือนไว้เมื่อครึ่งเดือนที่แล้วว่าสายพันธุ์ที่จะมาแทนที่คือเดลตาหรือสายพันธุ์จากอินเดีย ซึ่งตอนนี้ได้ยึดครองประเทศไทย โดยเฉพาะกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวนคนที่ติดโควิด ๑๙ สายพันธุ์อินเดียมีมากกว่า

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านทางโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระแรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๘) ซึ่งอยู่ในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด ๑๙) ที่ระบาดรอบสาม ออนไลน์ ณ พระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๙ กรกฎาคม ๒๕๖๔

สายพันธุ์อื่นแล้ว มันเป็นสายพันธุ์ที่ระบาดอย่างรวดเร็ว จนกล่าวได้ว่า วันนี้ มีจำนวนผู้ติดเชื้อโควิด ๑๙ ในประเทศไทยสูงสุดเป็นประวัติศาสตร์ในรอบปีครึ่งที่ผ่านมา

วันนี้มีผู้ติดเชื้อใหม่ ๙,๒๗๖ คน มีผู้เสียชีวิต ๗๒ คน เป็นสภาวะที่หดหู่ เคร่งเครียดกดดัน เราจะผ่านสภาวะวิกฤตนี้ไปได้อย่างไร แม้จะได้มีการประกาศปิดแคมป์คนงาน หยุดกิจการบางอย่าง ตั้งแต่วันที่ ๒๘ มิถุนายน (๒๕๖๔) ที่ผ่านมา ก็ไม่มีทีท่าว่าสถานการณ์จะดีขึ้น อาจจะต้องมีมาตรการที่เข้มข้นขึ้นอีก ที่บีบคั้นให้ตัวเราต้องปฏิบัติตาม เพื่อควบคุมการแพร่ระบาดของโควิด ๑๙

เราจะผ่านวิกฤตนี้ไปได้ก็ด้วยการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง ๒ ประการ คือประการที่ ๑ มีพุทธิ คือ ความรู้เท่าทัน ประการที่ ๒ มีระเบียบวินัยในการสังวรระวังตัว ดังพระบาลีนิกเขปบทที่ยกไว้ ณ เบื้องต้นว่า **"โน เจ อสฺส สกา พุทฺธิ"** เป็นต้น แปลความว่า **"ถ้าไม่มีความรู้ของตนหรือวินัยที่ศึกษาดีแล้ว คนจำนวนมากก็จะเที่ยวไปเหมือนควายตาบอดเที่ยวไปในป่า ฉะนั้น"**

พระบาลีนี้เหมาะสำหรับเตือนสติสังคมไทยในวิกฤตการณ์เช่นนี้ว่า เราไม่มีทางที่จะผ่านวิกฤตไปได้ ถ้าไม่รู้เท่าทันความรุนแรงของโควิด ๑๙ รวมทั้งความรวดเร็วของการระบาดที่เป็นไป ถ้าไม่มีความรู้ในมาตรการที่จะเอาชนะมัน เราก็ลำบาก หรือมีมาตรการวิธีการที่จะควบคุมโควิด ๑๙ แต่เราไม่ปฏิบัติตามโดยพร้อมเพรียง ทำบ้าง ไม่ทำบ้าง ขาดระเบียบวินัย ผลก็จะกลายเป็นความพ่ายแพ้ต่อโควิด ๑๙

ดังนั้น ถ้าเราคิดจะเอาชนะโควิด ๑๙ เราต้องมีความรู้คือพุทธิ และมีระเบียบวินัย ขาดความรู้และขาดระเบียบวินัย เราก็เที่ยวไปสะเปะสะปะ พอทางการประกาศมาตรการปิดเมืองนี้ เราก็หนีเอาเชื้อไปแพร่เมืองอื่น บางคนถูกจับตัวรักษาโควิด ๑๙ ที่โรงพยาบาลในกรุงยังอุตส่าห์หนีหมอและพยาบาลขึ้นรถแพร่เชื้อในระหว่างทางไปถึงบ้านตัวเองในต่างจังหวัด เหมือนควายตาบอดไม่รู้ว่าตัวเองไปไหน เหวอยู่ตรงไหนก็ไม่รู้ เสือจ้องจะจับกินอยู่ก็ไม่รู้ เที่ยวแพร่เชื้อไปทั่วโดยไม่รู้ตัว

ความรู้ในที่นี้เปรียบได้กับดวงตาของควายป่า ถ้ามันตาบอดแล้วยังไม่อยู่ในฝูงให้เป็นระเบียบเรียบร้อย ทั้งยังวิ่งพล่านไปทั่วแบบควายตื่น ควายตาบอดตัวเดียวอาจวิ่งชนควายตัวอื่นพากันตกเหวตาย สังคมไทยตอนนี้ ถ้าไม่มีพุทธิ คือความรู้ที่เหมาะสม แถมยังขาดระเบียบวินัยก็จะกลายเป็นฝูงควายป่าตาบอดที่วิ่งพล่านในป่า ทำอันตรายแก่พรรคพวกตัวเองและแก่ฝูงทั้งหมดด้วยการพากันตกเหวหายนะ

ในทำนองเดียวกัน หลายคนไม่รู้ตัวว่าตนเองติดโควิดเดลตาสายพันธุ์อินเดีย ก็นำไปแพร่เชื้อให้คนอื่น ๆ ในบ้านและในที่ทำงาน โดยเฉพาะในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ตอนนี้เราควบคุมแคมป์คนงานได้ การติดในแคมป์คนงานลดลง แต่ ๗๔ เปอร์เซ็นต์ของผู้ติดเชื้อโควิด ๑๙

เกิดขึ้นในครอบครัวและที่ทำงาน ตอนนี้ สถานการณ์น่าเป็นห่วงมาก จะควบคุมโควิด ๑๙ ได้อย่างไร ในเมื่อเชื้อแพร่ระบาดเข้าไปในครอบครัวและในที่ทำงาน เมื่อมีคำสั่งปิดสำนักงาน ก็ต้องเรียนรู้ที่จะทำงานจากบ้าน Work from Home ด้วยอาศัยนวัตกรรมทางเทคโนโลยี สื่อสังคมออนไลน์ มิใช่ว่าโควิด ๑๙ จะระบาดเข้าไปในครอบครัวและในที่ทำงานเท่านั้น แม้ในกลุ่มสังคมที่คนอยู่ร่วมกันจำนวนมาก เช่น บ้านพักคนชรา วัดวาอารามก็น่าเป็นห่วง เมื่อโควิดเจาะเข้าไปได้แล้วก็จะระบาดไปทั่ว ตอนนี้สถานการณ์เป็นอย่างนี้

ความรู้ คือพุทธิจะทำให้เราตระหนักและกำหนดมาตรการวิธีการที่ต้องถือปฏิบัติ ถ้าทุกคนปฏิบัติตามโดยพร้อมเพรียงกันเรียกว่า มีวินัย ถ้าปราศจากวินัย ต่อให้มีประกาศทางราชการเป็น ๑๐๐ ฉบับ แต่คนไม่ทำตาม ก็ไม่มีทางที่จะควบคุมการระบาดของโควิด ๑๙ ได้ดังการระบาดที่ทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ ในปัจจุบัน

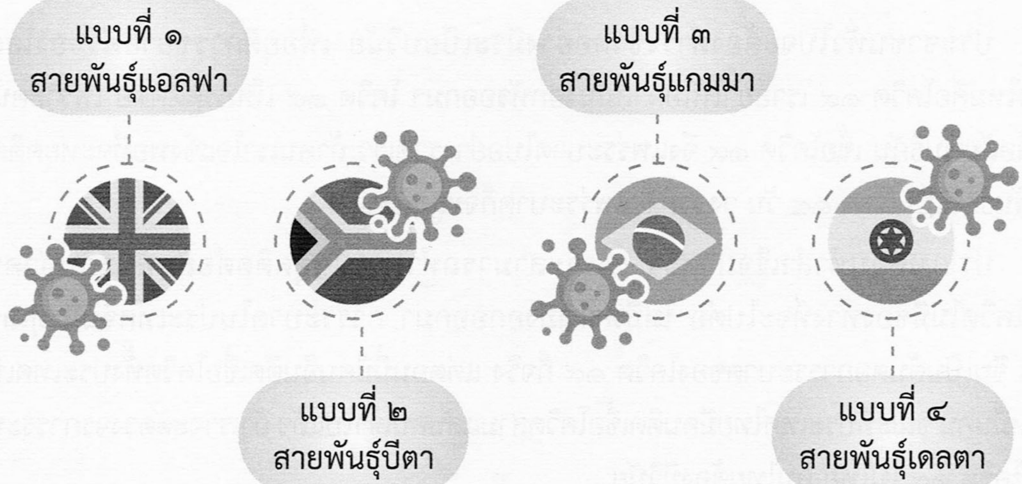
ความรู้ในเรื่องนี้จะต้องมีอย่างเพียงพอและทันเหตุการณ์ ประเทศไทยประสบความสำเร็จในการควบคุมโควิด ๑๙ เมื่อปีที่แล้ว จนได้รับการยกย่องว่าสามารถควบคุมการแพร่ระบาดของโควิด ๑๙ ได้ดี เป็นกรณีศึกษาของความสำเร็จให้กับประเทศทั่วโลก อย่าเสียใจถ้าวันนี้ไทยรักษาความสำเร็จนั้นไว้ไม่ได้ ทั้งนี้เนื่องมาจากการเปลี่ยนสายพันธุ์ของไวรัสโควิด ๑๙ ซึ่งจะเกิดขึ้นเรื่อย ๆ ที่ฆ่าเชื้อโรคไม่ตาย การควบคุมไวรัสโควิด ๑๙ สายพันธุ์อู่ฮั่นได้สำเร็จ ซึ่งเป็นสายพันธุ์ที่ระบาดไปนอกประเทศจีนในช่วงแรก ไทยทำได้ ตอนนั้นยังไม่มีวัคซีน ใช้ยาเท่าที่หาได้ ไม่ว่าจะเป็นฟ้าทะลายโจร ฟาวิพิราเวียร์ ก็เอาอยู่ แต่ไวรัสโควิด ๑๙ กลับฟื้นขึ้นมาอีก ฆ่าไป ๑ ฟื้นมา ๒ เหมือนสัตว์ร้ายในเทพนิยายกรีก ที่เรียกว่า **“ไฮดรา”**

เทพนิยายกรีกพูดถึงสัตว์ร้ายชื่อไฮดรา เป็นงู ๙ หัว คล้ายพญานาค ๙ เศียรในบ้านเรา ไฮดราออกอาละวาดบริเวณริมทะเลสาบแห่งหนึ่ง อาศัยอยู่ในถ้ำแล้วออกมากินคน ใครไปปราบก็โดนจับกินหมด พระราชาจึงมอบหมายให้วีรบุรุษที่มีพละกำลังมากที่สุด ชื่อ **เฮอร์คิวลิส** ไปปราบไฮดรา งู ๙ เศียร เฮอร์คิวลิสเป็นลูกผสมระหว่างเทพกับมนุษย์ บิดาของเขาเป็นเทพชื่อว่าซุส ผู้เป็นหัวหน้าเทพทั้งปวงในสวรรค์บนยอดเขาโอลิมปัส มารดาของเขาเป็นมนุษย์ผู้ให้กำเนิดเฮอร์คิวลิสผู้ทรงพลังเหนือมนุษย์ทั้งหลาย

เฮอร์คิวลิสรับอาสาไปปราบไฮดรา เขาไปที่ถ้ำริมทะเลสาบซึ่งเป็นที่อยู่อาศัยของไฮดรา เขาจุดคบเพลิงเข้าไปในถ้ำล่อให้ไฮดราออกมา พอมันออกมาพ่นพิษใส่ เฮอร์คิวลิสก็เอาผ้าปิดปากปิดจมูก ควงดาบเล่มใหญ่สู้กับงู ๙ เศียร ดาบคมมาก เฮอร์คิวลิสตัดคองูจนหัวขาดกระเด็นไป ๑ หัว กำลังจะตัดหัวที่ ๒ ก็ตกใจ เพราะตรงคอที่เพิ่งตัดไปนั้น มีหัวงอกมาแทนที่อีก ๒ หัว ตัดทีไร หัวงอกออกมาแทนที่อย่างนี้ทุกทีไป ตัดเท่าไรก็ไม่หมด ยิ่งตัดหัวยิ่งงอกออกมา เฮอร์คิวลิสถึงกับอับจนปัญญา ต้องถอยตั้งหลักคิดว่าควรจะทำอย่างไร

พอตั้งสติได้ เฮอร์คิวลิสได้ความคิดว่า ต้องใช้วิธีเอาพิษแก้พิษ นั่นคือ พอเขาใช้มีดฟันคองูจนหัวขาดกระเด็น ก่อนที่หัวใหม่จะงอกออกมา เฮอร์คิวลิสเอามีดเสียบเข้าไปในปากของหัวที่ขาดจุ่มเอาพิษออกมา แล้วจุดไฟที่ปลายดาบโดยมีพิษนั้นเป็นเชื้อเพลิง จากนั้นรีบเอาดาบที่ติดไฟแตะเข้าไปตรงจุดที่คอขาด ผลคือหัวใหม่ไม่งอกออกมา นั่นหมายความว่า ไฟที่เกิดจากเชื้อเพลิงคือพิษงูสามารถหยุดการงอกของหัวไฮดรา เฮอร์คิวลิสจึงรีบชโลมดาบด้วยพิษงูแล้วจุดไฟ จากนั้นนำดาบที่ติดไฟไปแตะตรงจุดที่คองูเพิ่งถูกฟันขาด หัวงูใหม่ไม่งอกออกมา เขาตัดหัวงูได้ทั้งหมด ไฮดราถูกเฮอร์คิวลิสฆ่าตายด้วยวิธีนี้

โควิด ๑๙ เปรียบเหมือนไฮดราที่ฆ่าไม่ตาย ตอนแรกเชื้อโควิดมาจากอู่ฮั่นแพร่ขยายไปตามประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก เราใช้วัคซีนป้องกันไม่ให้หัวใหม่ของมันงอกออกมา เหมือนใช้พิษไฮดราคอยป้องกันไม่ให้หัวมันงอกออกมาอีก โดยใช้เชื้อไวรัสโควิด ๑๙ ที่เป็นเชื้อตายหรือใช้รหัสพันธุกรรมสร้างเชื้อโควิดเทียมขึ้นมาทำเป็นวัคซีนฉีดเข้าไปในกล้ามเนื้อของคนเรา เชื้อที่ฉีดนั้นก็เข้าไปกระตุ้นภูมิคุ้มกันในร่างกายให้คอยเป็นยามเฝ้ากำจัดเชื้อไวรัสที่จะเข้าสู่ร่างกาย วัคซีนเหล่านี้ใช้การได้ระยะหนึ่ง แต่เชื้อโควิด ๑๙ ก็ปรับตัวกลายพันธุ์จนวัคซีนบางชนิดป้องกันการแพร่เชื้อไม่ค่อยได้ เพราะเชื้อโควิด ๑๙ ได้กลายพันธุ์เหมือนไฮดราที่มีหัวงอกออกมาใหม่ ตอนนี้เชื้อโควิด ๑๙ แบ่งออก ๔ สายพันธุ์ที่ต้องเฝ้าระวัง ดังนี้



แบบที่ ๑ สายพันธุ์แอลฟา เริ่มต้นในประเทศอังกฤษแพร่เข้ามาในประเทศไทยเมื่อต้นปีนี้ระบาดไปทั่วประเทศ ตอนนี้ยึดครองพื้นที่อยู่เกินครึ่งของบรรดาเชื้อที่กำลังระบาดอยู่

แบบที่ ๒ สายพันธุ์บีตา เริ่มระบาดที่ประเทศแอฟริกาใต้ สายพันธุ์นี้แปลงกายได้ดีมากวัคซีนจับยาก แต่มีข้อด้อยคือแพร่เชื้อได้ช้า ไม่ค่อยน่าเป็นห่วง

แบบที่ ๓ สายพันธุ์แกมมา เริ่มระบาดที่ประเทศบราซิล ยังอยู่ไกลบ้านเรา

แบบที่ ๔ สายพันธุ์เดลตา เริ่มต้นที่ประเทศอินเดีย อยู่ใกล้บ้านเรามากที่สุดจึงน่ากลัวกว่าสายพันธุ์อื่น มันแพร่เชื้อเร็วกว่าสายพันธุ์แอลฟา อาตมภาพเคยพูดไว้เมื่อ ๒ สัปดาห์ที่แล้วที่ตอนนั้นสายพันธุ์เดลตามีสัดส่วนการระบาดแค่ ๑๐ เปอร์เซ็นต์ของผู้ติดเชื้อในประเทศไทย โดยบอกให้ระวังว่าสายพันธุ์เดลตากำลังจะมายึดครองประเทศไทย มาถึงวันนี้ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑลมีคนติดเชื้อสายพันธุ์เดลตาเกินกว่า ๕๐ เปอร์เซ็นต์และมีทีท่าว่าวัคซีนที่ทำจากเชื้อตายจะป้องกันเชื้อไวรัสสายพันธุ์เดลตาได้ไม่มากนัก จึงต้องมีการทำบูสเตอร์ คือฉีดเข็มที่สามเพิ่มเข้าไป อินโดนีเซียกำลังเผชิญปัญหาการระบาดของสายพันธุ์เดลตาซึ่งเป็นบทเรียนให้ประเทศไทยได้ระวังตัว

วันนี้ เราจะต้องมีความรู้เกี่ยวกับโควิด ๑๙ ความรู้ที่ว่านี้คือ**พุทธิ ความรู้** ทำให้รู้เขารู้เรา รบร้อยครั้ง ชนะร้อยครั้ง รู้เขาคือรู้จักธรรมชาติของไฮดรายุคใหม่ที่ชื่อว่าโควิด ๑๙ เราจะใช้พิษแก้พิษด้วยการนำเชื้อตายไปทำวัคซีน แต่ก็ต้องทำให้ทันเวลา ถ้าวัคซีนยังตามไม่ทันการกลายพันธุ์เราก็ต้องรู้วิธีเอาตัวรอดจากโควิด ๑๙ เราไม่ใช่เฮอร์คิวลิสที่จะตัดหัวไฮดรา คนธรรมดาต้องวิ่งหนีไปหลบซ่อนอย่าให้ไฮดราเห็น การช่วยตัวเองแบบนี้ต้องรีบทำ เพราะเชื้อโควิดสายพันธุ์เดลตาแพร่ระบาดรวดเร็วมาก เหมือนหัวไฮดราที่งอกเร็ว อย่าไปแหย่รังแตนถ้าไม่แน่จริง นั่นคือ อย่าใช้วัคซีนที่ไม่มีประสิทธิภาพเพียงพอไปยั่วยุให้เชื้อโควิดกลายพันธุ์เร็วขึ้น ดังคำกลอนที่ว่า "ประเพณีตีงูให้หลังหัก มันก็มักทำร้ายเมื่อภายหลัง"

ประชาชนทั่วไปจะต้องดำรงชีวิตอย่างมีระเบียบวินัย เพื่อยุติการขยายตัวของไฮดราสมัยใหม่คือโควิด ๑๙ เราอย่าให้โอกาสมันงอกหัวออกมา โควิด ๑๙ เป็นโรคติดต่อ เพราะคนเราติดต่อสัมพันธ์กัน เชื้อโควิด ๑๙ จึงแพร่ระบาดไปอย่างรวดเร็ว ถ้าคนเราใจแข็งพอที่จะหยุดติดต่อสัมพันธ์กันเป็นเวลา ๑๔ วัน วงจรการแพร่ระบาดก็จะถูกตัดขาด

ประเทศจีนทำสำเร็จมาแล้ว เพราะสามารถทำให้คนหยุดติดต่อสัมพันธ์กันชั่วคราว เชื้อโควิดไม่มีช่องทางที่จะไปต่อ ไม่มีหัวใหม่งอกออกมา การระบาดในประเทศจีนจึงทุเลาลงมาก จีนเป็นต้นตอการระบาดของโควิด ๑๙ ก็จริง แต่ตอนนี้มีคนจีนติดเชื้อโควิดทั้งประเทศเพียงเก้าหมื่นคน ขณะที่ประเทศไทยมีคนติดเชื้อโควิดสามแสนคนเข้าไปแล้ว ถ้าเราจะตัดวงจรการระบาดของโควิด ๑๙ ในไทย คนไทยต้องมีวินัย

วินัยคือทางออกจากวิกฤตการณ์โควิด ๑๙ ลำพังความรู้อย่างเดียวสู้โควิดไม่ได้ แม้คนเราจะรู้ดีแต่ก็แพร่เชื้อโควิดเพราะขาดวินัยในการควบคุมตนเอง เราเที่ยวไปแพร่เชื้อโควิดในบ้านในที่ทำงาน ทั้ง ๆ ที่รู้ว่าจะติดโควิดแต่ก็อดไม่ได้ที่จะละเมิดกติกาเรื่องรักษาระยะห่างทางสังคมใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ เข้าทำนองที่ว่าฉันรู้ทั้งหมด แต่ฉันอดไม่ได้ ถ้าคนเรามีวินัยในตนเองและวินัยในสังคม เราคงจะควบคุมโควิดได้นานแล้ว แต่เพราะเหตุที่เราไม่มีวินัยในตนเอง ไม่มีวินัยในสังคม ไฮดราคือโควิด ๑๙ จึงเริงร่าไปทั่วประเทศไทยในขณะนี้

วินัย คือ **กฎระเบียบสำหรับฝึกหัดให้คนในสังคมถือปฏิบัติเสมอเหมือนกัน** วินัยควบคุมการกระทำและคำพูดของคนในสังคมให้เป็นแบบแผนเดียวกัน ฟังอย่างนี้แล้วเรามักจะสับสนกับคำว่า ศีล ซึ่งหมายถึงการรักษากาย วาจา ให้เรียบร้อย เช่น ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติผิดในกาม ศีลเป็นข้อปฏิบัติส่วนบุคคล ไม่จำเป็นที่ทุกคนต้องถือปฏิบัติเหมือนกัน ส่วนวินัยเป็นข้อปฏิบัติที่ทุกคนตกลงยอมรับร่วมกันด้วยสัญญาประชาคม เช่นเดียวกับวินัยทหารที่ทหารทุกคนต้องถือปฏิบัติ หรือวินัยของข้าราชการที่ใช้กับข้าราชการทุกคน

ศีลไม่ใช่วินัย เพราะศีลเป็นเรื่องของการประพฤติดีเฉพาะตน เช่น ในครอบครัวเดียวกันอาจมีคนรักษาศีล ๕ เพียงบางคน ไม่ใช่ทุกคนต้องรักษาศีล ๕ ซึ่งต่างจากวินัยจราจรที่บังคับให้ทุกคนต้องปฏิบัติตาม ยิ่งไปกว่านั้น คนเรายังรักษาศีล ๕ ข้อครบบ้างไม่ครบบ้าง บางคนรักษาได้ ๒ ข้อ บางคนรักษาได้ ๓ ข้อ บางคนรักษาได้ ๕ ข้อ ถึงแม้อยู่บ้านเดียวกัน ซึ่งจะเห็นได้ตอนอาราธนาศีล ๕ บางคนแสดงความจำนงว่าจะรักษาไม่ครบทั้ง ๕ ข้อตั้งแต่อาราธนาศีลว่า "วิสุง วิสุง รักขะนัตถายะ" หมายความว่าขอรับศีล ๕ เพื่อรักษาศีลแยกกันแต่ละข้อ นั่นคือ ถ้าขาดข้อหนึ่ง ยังเหลืออีก ๔ ข้อก็ใช้ได้ เหมือนเอาไข่ใส่ตะกร้า ๕ ใบ ตกไป ๑ ตะกร้า อีก ๔ ตะกร้ายังอยู่ อย่างนี้เรียกว่าแยกกันรักษา แต่ถ้าไม่มีคำว่า วิสุง วิสุง ที่แปลว่า แยกกัน ก็หมายความว่ารักษารวมกัน ถ้าขาด ๑ ข้อ ศีลที่เหลือก็ขาดไปด้วย เหมือนการใส่ไข่ไว้ในตะกร้าเดียวกัน เวลาตะกร้าใบนั้นตกลงไข่แตกหมดทั้งตะกร้า

เพราะฉะนั้น วินัยเป็นเรื่องที่ทุกคนต้องถือปฏิบัติ ถ้าทุกคนรักษาศีล ๕ ข้อเท่ากันในหมู่บ้านใดหมู่บ้านนั้นจัดเป็นหมู่บ้านรักษาศีล ๕ เราเรียกสมาชิกในหมู่บ้านนั้นว่ามีคิหิวินัยหรือวินัยของคฤหัสถ์

วินัยคือสิ่งที่คนในสังคมทำตามโดยพร้อมเพรียง เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า **สีลสามัญญตา ความมีศีลเสมอกัน** ดังมีคำพูดที่ว่า "ศีลเสมอแล้วเจอกัน" คนที่มีศีล ๕ เท่ากันคบกันได้ง่าย คนเราไม่อยากคบคนที่มีศีลไม่เสมอกัน เช่น คนไม่ดื่มสุราก็ไม่อยากคบดื่มสุราเป็นนิจ คำว่า ศีลเสมอกันคือมีข้อปฏิบัติเหมือนกัน ในกรณีนี้ ศีลกลายเป็นวินัย คือเป็นข้อฝึกหัดปฏิบัติให้คนสองคนมีวินัยของครอบครัว

วินัยทำให้เกิดความเป็นระเบียบเรียบร้อยในสังคมเหมือนเส้นด้ายที่ใช้ร้อยดอกไม้ต่าง ๆ ให้เป็นพวงมาลัยที่งดงาม ดังที่ศีล ๒๒๗ ข้อเป็นวินัยของพระสงฆ์ คณะสงฆ์งดงามเพราะรักษาวินัยเหมือนกัน แม้แต่การปลงผมก็ยังกำหนดวันให้ตรงกันที่เรียกว่าวันโกน การห่มผ้าในวัดก็ตกลงให้สีจีวรเหมือนกัน นี่เป็นวินัยทั้งนั้น

วินัยคือการที่ทุกคนพูดดีและทำดีเหมือนกัน ไม่มีการแตกแถว ขณะนี้ฝ่ายบ้านเมืองกำหนดให้คนไทยทุกคนปฏิบัติตามนิวนอร์มอล หรือวิถีชีวิตใหม่เพื่อสู้กับโควิด ๑๙ คนไทยทุกคนต้องถือปฏิบัตินิวนอร์มอลให้เป็นวินัยเหมือนกันทั้งประเทศ นั่นคือทุกคนต้องใส่หน้ากากอนามัยเหมือนกัน รักษาระยะห่างทางสังคมเหมือนกัน ล้างมือเหมือนกัน ตอนนี้มีกติกาเพิ่มเข้ามาอีก

เพราะโควิดระบาดเข้าไปในครอบครัว แม้อยู่ในบ้านก็ต้องทำเช่นกัน วัดประยุรวงศาวาสตอนนี้ไม่มีคณโภชน์ คือฉันอาหารเป็นวง ตอนนี้งดอานิสงส์กฐินข้อนี้ พระเณรในวัดแยกกันฉันอาหาร เวลาญาติโยมทำบุญเลี้ยงพระ วัดกำหนดให้ถวายเป็นกล่อง และนำไปแจกตามคณะต่าง ๆ นี้เป็นวินัยในการเอาชนะโควิด ๑๙ คือ ทานอาหารแยกจาน แยกกล่องทั้งในวัดและในบ้าน บางคนรับสารภาพว่าติดโควิดเพราะเผลอดื่มน้ำแก้วเดียวกันกับเพื่อนในที่ทำงาน

คนไทยทุกวันนี้ต้องถือปฏิบัติตามวิถีชีวิตใหม่ให้เป็นวินัยของคนทั้งชาติ ถ้าสามารถทำพร้อมกันทั้งประเทศเป็นเวลา ๑๔ วัน ปัญหาโควิดก็จะจบลง หัวของไฮดร้าตัวนี้ก็จะหยุดงอก แต่ต้องทำพร้อมกันให้เป็นวินัยของคนในชาติ ห่วงแต่ว่าพอทางการสั่งปิดเมืองกรุงเทพมหานครและปริมณฑล คนในเขตเมืองที่ถูกสั่งปิดก็จะเป็นเหมือนควายตาบอดที่พากันวิ่งไปแพร่เชื้อโควิดที่จังหวัดอื่น นี่คือปัญหาที่จะตามมา หากเป็นอย่างนี้เรียกว่าไม่มีระเบียบวินัย เมื่อขาดระเบียบวินัยก็ไม่มีทางเอาชนะโควิด ๑๙

ตัวอย่างเคยมีมาแล้ว คนไทยเข้าไปประเทศเพื่อนบ้านเพื่อเล่นการพนันแล้วนำโควิดเข้าประเทศ นี่คือสิ่งที่เกิดขึ้นเมื่อต้นปีนี้ อันแสดงถึงความไม่มีระเบียบวินัยของผู้เกี่ยวข้อง ไม่มีวินัยในตนเองและไม่มีวินัยสำหรับเพื่อนคนไทยด้วยกัน ถ้าเราเห็นใจเพื่อนคนไทยด้วยกัน เราจะไม่นำเอาแรงงานผิดกฎหมายให้พาเชื้อโควิดเข้าประเทศ เราจะไม่ลักลอบเล่นการพนัน ไม่ไปเที่ยวสถานบันเทิงหลังจากกลับมาจากต่างประเทศแล้วแพร่เชื้อไปทั่วประเทศอย่างทุกวันนี้ เพราะคนบางกลุ่มขาดระเบียบวินัย คนไทยตอนนี้จึงติดเชื้อกันวันละเป็นหมื่น มีคนตายเกือบร้อยคนต่อวัน โรงพยาบาลไม่พอรองรับคนไข้โควิด ๑๙

ถ้าคนไม่มีระเบียบวินัย พวกเขาก็เหมือนควายตาบอดเที่ยวไปในป่าแล้วตกเหวตาย เหมือนเหตุเกิดที่จังหวัดแพร่เมื่อเดือนเมษายนที่ผ่านมา พ่อลูกคู่หนึ่งชวนกันเข้าป่าไปล่าสัตว์ พ่ออายุ ๖๐ ปี ลูกชายอายุ ๔๐ ปี ทั้งคู่ไม่มีวินัยของคนเข้าป่าล่าสัตว์ พวกเขาเป็นมือสมัครเล่นถือปืนไปคนละกระบอกเข้าไปในป่าที่มืดทึบ พ่อบอกให้ลูกชายไปทางโน้น ตัวเองไปทางนี้ ให้ลูกชายคอยต้อนสัตว์มาให้พ่อดักยิง ลูกชายหายไปพักใหญ่ พ่อคิดว่าคงไปต้อนหมูป่ามาหาตน พ่อเห็นใบไม้ไหว มองไม่ชัดเพราะเป็นป่าทึบ เขาคิดว่าเป็นหมูป่าจึงยกปืนยิงตูมเข้าไป ได้เสียงคนร้องตะโกนว่า “พ่อยิงผมทำไม” พ่อตกใจวิ่งไปดู สัตว์ที่ถูกยิงไม่ใช่หมูป่า แต่เป็นลูกชายของเขาเองที่ถูกยิงตายกลางป่า กลายเป็นข่าวใหญ่ โศกนาฏกรรมนี้เกิดขึ้นเพราะพ่อลูกคู่นี้ไม่รักษาระเบียบวินัยของคนเข้าป่า นึกจะยิงก็ยิง ขาดการพิจารณาให้รอบคอบ

คนสมัยนี้ไม่ไตร่ตรองให้ดีก่อนจะยิงแทงกันด้วย มุขสัตติ แปลว่า หอกคือปาก ไม่ระมัดระวังในการวิพากษ์วิจารณ์หรือโจมตีกัน อันเป็นการทำลายความสามัคคี ในสถานการณ์วิกฤตเช่นนี้ คนเราต้องสามัคคีและรักษาระเบียบวินัย จึงจะมีพลังพอที่จะเอาชนะโควิด ๑๙ ได้ แต่ถ้าทุกคน

เอาแต่ใจตัวเองและขาดระเบียบวินัยก็จะประสบชะตากรรมเช่นเดียวกับ ไก่ตัวหนึ่งที่พระพุทธเจ้าตรัสเล่าไว้ในนิทานชาดกดังต่อไปนี้

ในสำนักของอาจารย์ทิศาปาโมกข์แห่งหนึ่งมีนักศึกษาราว ๕๐๐ คนเรียนมนต์อยู่ด้วยกัน สำนักมีกติกาว่าทุกคนตื่นเป็นเวลา เรียนเป็นเวลา การรักษากติกานั้นต้องอาศัยเครื่องบอกเวลา สมัยนั้นยังไม่มีนาฬิกา ทุกคนอาศัยเสียงไก่ขันเป็นนาฬิกาปลุก คน ๕๐๐ คน พักคนละแห่งคนละที่ มีกติกาว่า พอได้ยินเสียงไก่ขันตอนย่ำรุ่งให้ออกจากที่พักมารวมกันทานอาหารเช้าแล้วเรียนมนต์จากอาจารย์ เสียงไก่ขันคือเสียงปลุก ทุกคนอาศัยเสียงไก่ขันเป็นสัญญาณสร้างความพร้อมเพรียงกันเรื่อยมา จนกระทั่งวันหนึ่งไก่ตัวนี้ตายไป การไม่มีไก่ขันบอกสัญญาณเวลาทำให้นักศึกษาขาดวินัย ตื่นไม่พร้อมกัน ประชุมไม่พร้อมกัน จึงจำเป็นต้องหาไก่ตัวใหม่มาขันบอกเวลา

นักศึกษาคนหนึ่งไปพบไก่ป่าหากินอยู่ในป่าช้าจึงจับเอามาเลี้ยงไว้เพื่อให้ขันบอกเวลา ปรากฏว่าไก่ตัวนี้ไม่ได้ถูกฝึกให้มีวินัยในการขัน ได้แต่ขันตามใจชอบไม่เลือกเวลา นึกอยากจะขันตอนไหนก็ขันทันที วันหนึ่งไก่ขันตอนตี ๓ นักศึกษาก็ตื่นเรียนมนต์แต่เช้ามืด พอถึง ๖ โมงเช้าก็หลับกันหมด วันถัดมาไก่ขัน ๖ โมงเช้าถือว่าสายเกินไปจนเรียนมนต์ไม่ทัน ไก่ขันไม่เป็นเวลาอย่างนี้จนนักศึกษาหมดแรงไม่มีสมาธิในการเรียนมนต์ ทั้งไม่มีความพร้อมเพรียงกันเหมือนเดิม อาจารย์สงสัยก็ถามว่าทำไมนักศึกษา ๕๐๐ จึงขาดระเบียบวินัย หัวหน้านักศึกษาตรวจสอบแล้วได้บทสรุปว่าเพราะไก่เป็นเหตุ นั่นคือ ไก่ตัวเดียวขันไม่เป็นเวลาทำให้วุ่นวายไปทั้งสำนัก ไก่ที่ไม่มีวินัยในการขันทำให้หมู่คณะเสียหาย หัวหน้านักศึกษาจึงให้จับไก่หักคอลงหม้อแกง ไก่ตัวนี้ตายเพราะขาดวินัยในการขัน

วินัยของคนไทยมีส่วนสำคัญในการต่อสู้กับโควิด ๑๙ การรักษาวินัยในการดำรงชีวิตแบบนิวนอร์มอลจะช่วยให้เอาชนะไฮดราคือโควิด ๑๙ ได้ แต่มีเงื่อนไขว่าทุกคนต้องร่วมมือกันในการรักษาวินัย อย่าให้มีการเอาเปรียบกัน ไม่ใช่ว่าคนส่วนมากมีวินัยดี แต่มีคนส่วนน้อยแอบไปเล่นการพนัน ไปเที่ยวสถานบันเทิง หรือลักลอบนำแรงงานผิดกฎหมายเข้าประเทศ การขาดวินัยของคนเหล่านี้ทำให้โควิด ๑๙ ระบาดอย่างหนักจนวุ่นวายกันทั้งประเทศในปัจจุบัน พวกเขาทำตัวเหมือนไก่ที่ขันไม่เป็นเวลาสร้างความเสียหายให้กับหมู่คณะ

เพราะฉะนั้น การจะเอาชนะโควิด ๑๙ ต้องอาศัยคุณสมบัติ ๒ ประการ

ประการที่ ๑ คือ พุทธิ ความรู้พอเพียงเกี่ยวกับโควิด ๑๙

ประการที่ ๒ คือ วินัย การปฏิบัติตามกติกาเรื่องนิวนอร์มอลโดยพร้อมเพรียงกัน เพราะปราศจากคุณสมบัติ ๒ อย่างนี้ เราจึงเดือดร้อนมาจนถึงจุดปัจจุบัน ที่ประเทศไทยมาถึงจุดนี้เพราะเราไม่รู้เท่าทันว่าโควิด ๑๙ เป็นไฮดร้าสมัยใหม่ที่งอกหัวกลายพันธุ์ได้อย่างรวดเร็ว เพราะความไม่รู้เราจึงประมาทปล่อยการ์ดตก โดยที่คนบางกลุ่มบางพวกไม่รักษากฎกติกา ไม่รักษาระเบียบ

วินัยของบ้านเมือง ต่อไปนี้ ถ้าต้องการให้ประเทศไทยอันเป็นที่รักของเราเอาชนะโควิด ๑๙ ได้ เราต้องมีพุทธิ คือความรู้เท่าทันโควิด ๑๙ และมีวินัยคือรักษากฎระเบียบของสังคมอย่างเสมอหน้ากัน ถ้าไม่มีความรู้ และไม่มีระเบียบวินัยก็จะเพิ่มหัวให้ไฮดรา คือโควิด ๑๙ มากยิ่งขึ้น เท่ากับว่าเราเป็นเหมือนควายป่าตาบอดที่วิ่งสะเปะสะปะไปให้เสือกินหรือตกเหวตาย ฉะนั้น ดังพระบาลีนิกเขปบทที่ยกไว้ ณ เบื้องต้นว่า **"โน เจ อสฺส สกา พุทฺธิ"** เป็นต้น แปลความว่า **"ถ้าไม่มีความรู้ของตนหรือวินัยที่ศึกษาดีแล้ว คนจำนวนมากก็จะเที่ยวไปเหมือนควายตาบอดเที่ยวไปในป่า ฉะนั้น"** ดังพรรณนามา พอสมควรแก่เวลา

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และอานุภาพแห่งบุญกุศลที่เกิดจากธรรมสวนมัย คือการฟังธรรมนี้ บารมีของหลวงพ่อพระพุทธธรรมวิเชษฐศาสดา พระประธานในพระอุโบสถ หลวงพ่อพระพุทธนาคอันศักดิ์สิทธิ์ในพระวิหาร พระบรมสารีริกธาตุ บนพระบรมธาตุมหาเจดีย์ ขอจงรวมกันเป็นตบะ เป็นเดชะ เป็นพลวปัจจัย อำนวยอวยพรเป็นสัพพะโรคะวินิมุตโต รอดพ้นจากโรคภัยทั้งปวงโดยเฉพาะโรคติดเชื้อโควิด ๑๙ ปรารถนาสิ่งใดที่เป็นไปโดยชอบประกอบด้วยธรรม ขอให้ความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จสมมโนรถมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนา ใน**พุทธิวินยกถา ว่าด้วยความรู้คู่ระเบียบวินัย** พอสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

ปรักกมกถา
ว่าด้วยความมุ่งมั่น*

กยิรา เจ กยิราเถนํ ทฬฺหเมนํ ปรกฺกเมติ.

(ขุ. ธ. ๒๕/๕๖)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนา ใน**ปรักกมกถา ว่าด้วยความมุ่งมั่น** เพื่อเป็นเครื่องประคับประคองฉลองศรัทธา ประดับปัญญาบารมี อนุโมทนากุศลบุญราศีของท่านพุทธศาสนิกชนทั้งหลายผู้ขวนขวายบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศล เนื่องในวันนี้ ตรงกับวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาอีกวันหนึ่ง คือวันอาสาฬหบูชา แปลว่า การบูชาเนื่องในวันเพ็ญเดือนอาสาฬหะ คือเดือน ๘ เป็นการน้อมรำลึกถึงเหตุการณ์สำคัญที่เกิดขึ้นหลังจากพระพุทธเจ้าตรัสรู้ได้ ๒ เดือน

พระพุทธเจ้าตรัสรู้ในวันเพ็ญเดือน ๖ และอีกสองเดือนต่อมา คือวันเพ็ญเดือน ๘ ทรงประกาศธรรมที่พระองค์ตรัสรู้เป็นครั้งแรก ธรรมที่พระองค์ประกาศนั้นเรียกว่า ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร เป็นพระสูตรว่าด้วยการหมุนกงล้อแห่งพระธรรม เป็นปฐมเทศนาหมายถึงการเทศนาครั้งแรก ซึ่งประสบความสำเร็จอย่างงดงามเพราะธรรมที่ว่าลึกซึ้งยากนักนั้นมีผู้บรรลุตามได้ในวันอาสาฬหบูชา ผู้ฟังคือพระปัญจวัคคีย์ทั้ง ๕ หนึ่งในนั้นคือท่านอัญญาโกณฑัญญะได้ดวงตาเห็นธรรม เป็นพระอริยบุคคล เกิดสังฆรัตนะขึ้นในโลก

วันอาสาฬหบูชาเป็นวันที่มีพระรัตนตรัยครบทั้งสามประการ เพราะเกิดอริยสงฆ์ขึ้นครั้งแรกในโลก เรารำลึกนึกถึงวันนี้ เนื่องในเหตุการณ์สำคัญดังกล่าวมา จึงจัดพิธีบูชาเป็นพิเศษ ด้วยการเวียนเทียนเป็นประจำทุกปี ยกเว้นปีที่แล้ว เนื่องจากมีการระบาดของโควิด ๑๙ จึงได้ระงับกิจกรรมที่นำคนมารวมกลุ่มกันจำนวนมาก อันเสี่ยงต่อการแพร่ระบาดของโควิด ๑๙ ปีนี้ก็เช่นเดียวกัน ไม่มีการทำบุญเนื่องในวันเข้าพรรษา ไม่ว่าจะเป็นการถวายผ้าอาบน้ำฝน ถวายเทียนพรรษา ให้ญาติโยมได้อธิษฐานจิตร่วมทำบุญผ่านสื่อสังคมออนไลน์อย่างนี้ แม้มีการแสดงธรรมก็ฟังกัน ชมกัน ผ่านสื่อสังคมออนไลน์ เป็นการปรับให้สอดคล้องกับวิกฤตการณ์ที่เกิดขึ้น จึงกล่าวได้ว่า แม้จะมีปัญหา มีอุปสรรค เราก็ไม่ยอมแพ้ ต้องหาวิธี

---

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านทางโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๘-๘) ในวันอาสาฬหบูชา วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ประจำปี ๒๕๖๔ ซึ่งอยู่ในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด ๑๙) ที่ระบาดรอบสาม ออนไลน์ ณ พระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๒๔ กรกฎาคม ๒๕๖๔

ในการประกอบพิธีทางศาสนาทางใดทางหนึ่ง อย่างเช่นวันนี้ ก็เปิดโอกาสให้ท่านทั้งหลายได้ร่วมอนุโมทนาบุญ ได้ฟังธรรมเป็นธรรมสวนมัย ผ่านการถ่ายทอดทางสื่อสังคมออนไลน์

เหตุการณ์โควิด ๑๙ ในรอบปีที่ผ่านมา เกิดต่อเนื่องยาวนาน บางท่านก็ท้อ บางท่านก็ไม่อยากจะคิด และไม่อยากจะพูดถึง เรียกว่าหนักหนาสาหัส ทั้งกังวลในเรื่องโรคติดต่อและในเรื่องการประกอบอาชีพ ทั้งโรคภัยและทุพภิกขภัยคือข้าวยากหมากแพงกระหน่ำซ้ำเติมให้ชีวิตของเราประสบความยากลำบาก และเมื่อมีความยากลำบากอย่างนี้ ก็คิดถึงธรรม เมื่อพบทุกข์แล้วจะเห็นธรรมที่ช่วยปลุกปลอบใจในยามวิกฤตเช่นนี้ ถ้าไม่มีธรรมไว้เตือนใจ บางคนทนทุกข์ไม่ได้ไม่เป็นโรคจิตโรคประสาทก็ฆ่าตัวตาย

ดังนั้น จึงมีความจำเป็นที่พระสงฆ์จะต้องแสดงธรรม ชี้ทางออกบอกทางถูก เพื่อให้ดำรงชีวิตที่ถูกต้อง ได้มีการแสดงธรรมเป็นซีรีส์ ต่อเนื่องเป็นชุดมาตลอดปีในเรื่องที่เกี่ยวกับสถานการณ์โควิด ๑๙ และถ่ายทอดสดให้ญาติโยมสาธุชนผู้ฟังได้ติดตามกันมาต่อเนื่องเป็นปี ผู้เทศน์เองก็ติดตามสถานการณ์นี้ด้วยความหวังว่าเมฆหมอกแห่งโควิดจะพัดผ่านไป อยากให้ถึงวันท้องฟ้าแจ่มใส ที่เราอยู่กันได้อย่างปกติ ไม่ต้องมืดมนด้วยการใส่หน้ากากอนามัย ใส่ชุดสารพัด และแถมด้วยการรักษาระยะห่างทางสังคม

ปลายปีที่แล้ว (พ.ศ. ๒๕๖๓) เราประสบความสำเร็จในการควบคุมโควิด ๑๙ สามารถทำให้มีผู้ติดเชื้อใหม่เป็นศูนย์ต่อเนื่องกันเป็นเดือน แต่พอถึงเดือนธันวาคมปีที่แล้ว ก็เข้าสู่การระบาดระลอกที่ ๒ และต่อเนื่องมาถึงระลอกที่ ๓ ในขณะนี้ ดูท่าสงครามที่เราประกาศกับโควิด ๑๙ ยังไม่จบง่าย ๆ เมื่อสงครามไม่จบ อย่าเพิ่งนับศพทหาร เราจะต้องดำเนินชีวิตต่อไปด้วยความระมัดระวัง การ์ดไม่ตก ที่สำคัญคือจิตอย่าตก จิตใจของเราต้องเข้มแข็ง

หลายคนบอกว่า ระลอกที่ ๑ ยังพอสู้ไหว พอเจอระลอกที่ ๒ ย่ำแย่มาก ระลอกที่ ๓ ในปัจจุบันนี้เกือบจะถูกน็อกอยู่แล้ว จะมีแรงสู้ต่อไปได้กี่น้ำ หมดกำลังใจ หมดความหวัง ใครที่คิดอย่างนี้ ต้องคิดใหม่ ในเมื่อเราประกาศสงครามกับโควิด ๑๙ แล้ว ไม่มีคำว่าถอย ไม่มีคำว่าแพ้สำหรับมนุษยชาติ มีอาวุธเท่าไรต้องงัดออกมาสู้ ทั้งทำเป็นส่วนตัว ทำเป็นส่วนรวม ทำในนามของรัฐบาล และองค์การอนามัยโลก

ฉะนั้น ต้องรวมตัวกันสู้สงครามครั้งนี้เพื่อความอยู่รอดของมนุษยชาติ และมนุษยชาติชนะมาหลายรอบแล้ว โรคระบาดที่ว่าร้าย ๆ ผ่านมาได้ทั้งหมด ไม่ว่าในประเทศไทยหรือทั่วโลก ถึงโรคนี้จะมีการกลายพันธุ์ ต้องเชื่อมั่นในสติปัญญาของมนุษย์ องค์ความรู้ด้านการแพทย์เจริญมากพอที่จะทำให้ชนะสงคราม เพียงแต่ว่าต้องอยู่รอดดูชัยชนะและความสำเร็จของมนุษยชาติ

เป้าหมายของชัยชนะ คือกดให้โควิด ๑๙ ซึ่งเป็นโรคระบาดระดับโลก กลายเป็นโรคระบาดประจำถิ่น เหมือนไข้หวัดธรรมดา ซึ่งจะมียารักษา มีวัคซีนป้องกัน คนเป็นโควิดกัน

ไม่มาก เหมือนเป็นหวัดทุกวันนี้ ไม่มีทางที่โควิดจะหายไปจากโลกนี้ แค่ทำให้มันหมดฤทธิ์ เพราะมียาดีและวัคซีนดี ไม่มีคนติดโควิดกันมากมายทั่วโลกอย่างนี้อีก คุมให้เป็นแค่ไข้หวัดประจำถิ่น นั่นคือเป้าหมายของการต่อสู้กับโควิด ๑๙ ต้องอยู่รอดูความสำเร็จตรงนี้ ซึ่งคงใช้เวลาอีกไม่นาน เพราะมีความก้าวหน้าในวิทยาการไม่ว่าจะเป็นวัคซีนหรือยารักษาโรค

เมื่อลงมือทำสงครามกับโควิด ๑๙ ต้องทำให้ตลอดจนกว่าจะได้ชัยชนะ การใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ รักษาระยะห่างทางสังคม ต้องทำต่อไปจนกว่าจะถึงหลักชัย หากยังไม่ถึงหลักชัยก็จะไม่ยอมหยุด ดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกไว้เป็นนิกเขปบทเบื้องต้นว่า **"กยิรา เจ กยิราเถนํ ทฬฺหเมนํ ปรกฺกเม"** แปลความว่า **"ถ้าคิดจะทำเรื่องใด ให้ลงมือทำเรื่องนั้นจริง ๆ มุ่งมั่นทำเรื่องนั้นเรื่อยไป"**

พุทธภาษิตนี้ประกอบด้วยข้อความ ๓ ประโยค คือ



ขั้นแรกที่ว่า ถ้าคิดจะทำเรื่องใด ตรงกับคำว่า **อารัมภธาตุ** แปลว่า ความริเริ่มในใจ หมายถึงวางแผนก่อนการปฏิบัติ

ขั้นที่ ๒ ลงมือทำตามแผน เรียกว่า **นิกกมธาตุ** แปลว่า ก้าวเดินไปตามที่คิดวางแผนไว้ ตรงกับสุภาษิตจีนที่ว่า **"ระยะทางหมื่นลี้ ต้องมีก้าวแรก"** แม้จะมีระยะทางที่จะเดินไปอีกยาวไกลเพื่อไปสู่เป้าหมาย ต้องเริ่มที่ก้าวแรก

ขั้นที่ ๓ ทำเรื่องนั้นเรื่อยไป คือ **ปรักกมธาตุ** หมายถึงมุ่งมั่นไม่ยอมหยุดจนกว่าจะถึงที่หมาย ปีที่แล้วประกาศสงครามกับโควิด ๑๙ นั่นคือก้าวแรก มาถึงปัจจุบันยังประกาศล็อคดาวน์ ปิดบ้าน ปิดเมือง ถ้ายังทำต่อเนื่องอย่างนี้ ดูแล้วว่าสงครามครั้งนี้ยังไม่จบง่าย ๆ จะต้องมุ่งมั่นฟันฝ่ากันต่อไป

วันนี้ มีจำนวนผู้ติดเชื้อโควิด ๑๙ เกินหมื่นคนในรอบ ๗ วันที่ผ่านมา ติดเชื้อเฉลี่ยวันละ ๑๑,๕๐๐ คน มีผู้เสียชีวิตเพราะโควิดในรอบ ๗ วันที่ผ่านมา โดยเฉลี่ยวันละ ๑๐๐ คน ชีวิตมีค่า แม้คนเดียวก็ไม่อยากให้ตาย รบกับโควิดต่อเนื่องกันมาเป็นปี จำนวนผู้ติดเชื้อใหม่และจำนวนคนตายไม่ได้ลดลง หลายคนรู้สึกท้อแท้เสียกำลังใจ และถ้าเสียกำลังใจ ขั้นต่อไปก็คือยอมแพ้ โยนผ้าขาว ต้องมีกำลังใจ จะได้ไม่ยอมแพ้ง่าย ๆ

จะแพ้หรือชนะขึ้นอยู่กับการมีกำลังใจ ฉะนั้นต้องเริ่มที่ใจ ใจต้องไม่ยอมแพ้ ต้องมุ่งมั่นฟันฝ่า ถ้าใจมั่นคงเสียแล้ว โอกาสชนะสูงมาก ต้องรักษาความหวังเอาไว้ ตราบใดที่ยังมีความหวังตราบนั้นก็ยังมีโอกาสชนะ ทางไปสู่ชัยชนะคือความสำเร็จ เรียกว่า **“อิทธิบาท”** เริ่มต้นด้วยความหวัง นั่นคือ **ฉันทะ** ความชอบใจ พอใจในเป้าหมายที่จะไปให้ถึง เมื่อมีฉันทะ พอใจในเป้าหมาย ก็จะมี**วิริยะ** ลงมือทำด้วยความกล้าหาญ มี**จิตตะ** ประคองใจให้อยู่กับเป้าหมายไม่ละสายตาจากเป้าหมายนั้น มุ่งหน้าไปสู่ชัยชนะเหนือโควิด ๑๙ และถ้าเจอปัญหาอุปสรรค เช่น ได้วัคซีนคุณภาพต่างกัน ก็ใช้**วิมังสา** คือปัญญาพิจารณาหาทางออกว่าจะฉีดวัคซีนไขว้กันดีหรือไม่อย่างไร

วิมังสา แปลว่าใช้ปัญญาสอบสวน หมายรวมถึงวิจัย ทดลอง ตอนนี้สังคมไทยต้องใช้วิมังสาพิจารณาให้มาก ทั่วโลกมีข้อมูลให้เราศึกษาว่าตอนที่โควิดระบาดมาจากอู่ฮั่น พอปราบอยู่ ต่อมาเกิดการกลายพันธุ์เป็นแอลฟามาจากอังกฤษ ระบาดเร็วกว่าเดิมในระลอกที่ ๒ และผันมาเป็นระลอกที่ ๓ ด้วยสายพันธุ์เดลตาจากอินเดีย วัคซีนซึ่งเคยปราบสายพันธุ์อู่ฮั่นจากจีนได้ ตอนนี้เอาไม่อยู่ จะต้องใช้กระบวนยุทธอื่นเท่าที่หาได้ เช่น จะฉีดไขว้ หรือซื้อวัคซีนใหม่ก็แล้วแต่ นี่เป็นวิมังสา ใช้ปัญญาสอบสวนตัดสินกันด้วยเหตุผล อย่าใช้อารมณ์เมื่อเกิดวิกฤตการณ์

ขณะที่คนหลายคนนั่งเรือพายข้ามฟากไปถึงกลางแม่น้ำ เรือพายเจอคลื่นลูกใหญ่ถาโถมเข้ามา ทุกคนต้องช่วยกันพาย ถ้าคนนั่งในเรือเอาแต่ทะเลาะกัน พายบ้างไม่พายบ้าง บางคนมือไม่พายแต่เอาเท้าราน้ำ เรืออาจไปไม่ถึงฝั่งเพราะอาจจะคว่ำไปเสียก่อน

ตอนนี้สังคมไทยเหมือนเรือพายกำลังเจอคลื่นลูกใหญ่ที่กลางแม่น้ำ ใครช่วยอะไรได้ก็ช่วยกันคนละไม้คนละมือเพื่อให้เรือไปสู่เป้าหมาย **ข้อสำคัญอย่าหมดหวัง เสียอะไรก็เสียไป แต่อย่าเสียกำลังใจ หมดอะไรก็หมดได้แต่อย่าหมดหวัง** เพราะถ้าหมดหวัง จะทำให้ขาดฉันทะ ไม่มีความคิดริเริ่ม ไม่ว่าในเรื่องเอาชนะโรคภัยไข้เจ็บหรือเรื่องฟื้นฟูเศรษฐกิจ เคยทำธุรกิจมาต้องหยุดเพราะโควิด มานั่งงอมืองอเท้าหมดหวัง จะทำให้อดตาย แต่ถ้ายังไม่หมดหวัง คือ ยังมีฉันทะ พอใจที่จะทำงานต่อไป งานอะไรก็ได้หยิบเอามาทำ เข้าทำนองว่า **คนจะจมน้ำฟางเส้นเดียวลอยมาก็เกาะไว้ อย่าหมดหวัง หมดกำลังใจ**

เมื่อมีความหวัง มีฉันทะ ก็จะสู้กับโรคภัยไข้เจ็บได้ พยายามเปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาส เปลี่ยนพินาศให้เป็นพัฒนา เปลี่ยนปัญหาให้เป็นบทเรียน แม้ตอนนี้ประเทศไทยจะเจอพายุใหญ่

หลังพายุฝนผ่านพ้น อาจจะเห็นสายรุ้งกินน้ำที่สวยสดงดงามก็ได้ หลังวิกฤตมักจะมีโอกาสเสมอ เพียงแต่ว่า อย่าท้อ อย่าหมดหวัง ให้มีแผนการในใจ ใช้ความคิด มองซ้าย มองขวา แสวงหาโอกาส

วัดประยุรวงศาวาสซึ่งเป็นวัดนักเทศน์ไม่เคยยอมจำนนกับวิกฤตโควิด ๑๙ ทุกวันพระ ๘ ค่ำ ๑๕ ค่ำ พระสงฆ์วัดประยุรวงศาวาส ไม่เคยหยุดเทศนาสั่งสอน ไม่ยอมจำนนต่อสถานการณ์ เมื่อจัดเทศน์ให้ญาติโยมมานั่งฟังในโบสถ์ไม่ได้ วัดก็จัดเทศน์ผ่านสื่อสังคมออนไลน์ และกลายเป็นการสร้างโอกาสในการเผยแผ่ที่ดี ก่อนโควิด ๑๙ จะมีคนนั่งฟังเทศน์ในโบสถ์ไม่ถึงร้อยคน พอเกิดโควิดต้องเทศน์ผ่านสื่อสังคมออนไลน์ กลับมีคนฟังกันทั่วโลก คนที่อเมริกาก็กำลังฟังเทศน์ผ่านการถ่ายทอดสดอยู่ในขณะนี้

เมื่อสามวันที่ผ่านมา อาตมภาพบรรยายธรรมให้บุคลากรของสำนักงานตรวจเงินแผ่นดินถ่ายทอดสดออนไลน์จากวัดประยุรวงศาวาส เจ้าหน้าที่ประสานงานบอกว่าเฉพาะเจ้าหน้าที่สำนักงานตรวจเงินแผ่นดินกว่า ๒,๐๐๐ คนเข้าฟังพร้อมกัน ยังไม่นับรวมคนที่ติดตามผ่านเทปบันทึกหรือการถ่ายทอดสดช่องทางอื่น ปกติเวลาบรรยายธรรมในห้องประชุม มีคนฟังอย่างมากไม่กี่ร้อยคนก็เต็มห้องประชุม แต่ตอนนี้เทศน์ครั้งเดียวมีคนเป็นหมื่นคนที่รับฟังรับชมผ่านสื่อสังคมออนไลน์ ยังไม่นับรวมผู้ชมทางยูทูป นี่แหละคือการพลิกสถานการณ์เปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาส ดังมีเรื่องเล่าว่า

พระราชาองค์หนึ่ง ต้องการทดสอบจิตใจของประชาชนและข้าราชบริพาร จึงให้คนนำหินก้อนโตไปวางไว้กลางถนนกีดขวางการจราจร จากนั้น พระราชาแอบสังเกตการณ์ทางช่องหน้าต่างบนปราสาท พระองค์ได้พบด้วยความประหลาดใจว่า คนส่วนใหญ่พบก้อนหินใหญ่ขวางกลางถนนก็ไม่สนใจ เดินหลบไปด้านข้าง ไม่ว่าจะเป็นข้าราชการผู้ใหญ่ เสนาบดี ประชาชน ไม่มีใครสนใจ รถม้าที่ผ่านมาก็หลบผ่านไป ไม่มีใครสนใจจัดการกับก้อนหินที่กีดขวางกลางถนน

จนกระทั่งชาวนาคนหนึ่งมาจากชนบท เขาหาบสินค้าจำพวกพืชผักมาขาย เดินผ่านมาเห็นก้อนหินใหญ่ขวางถนน รู้สึกทนไม่ได้ จึงวางหาบพืชผักลงแล้วผลักก้อนหินใหญ่ให้ขยับไปทีละน้อยจนมันไปอยู่ขอบถนน ไม่มีใครช่วยชาวนาคนนั้นผลักก้อนหินเลยสักคน ชาวนาดีใจที่ตนได้ทำจิตอาสาผลักก้อนหินไปพ้นทางสัญจร ขณะที่เขาหันมาหยิบหาบที่วางไว้ สายตาเหลือบไปเห็นถุงใบหนึ่งวางไว้ตรงจุดที่ก้อนหินเคยอยู่ พระราชาได้เอาถุงใส่ของมีค่าวางไว้ใต้ก้อนหิน เพื่อเป็นรางวัลสำหรับคนที่เข็นก้อนหินพ้นทาง ชาวนาหยิบถุงนั้นออกมาเปิดดูก็พบว่า ข้างในมีเหรียญทองเต็มถุง มีเศษกระดาษที่พระราชาเขียนไว้ว่า นี่คือรางวัลสำหรับคนมีน้ำใจงาม

เรื่องนี้เป็นคติสอนใจว่า ในวิกฤตมีโอกาสเสมอ ถ้าเอาชนะอุปสรรคได้ก็จะมีเหรียญทองรอเป็นรางวัลให้ ข้อสำคัญคืออย่ายอมแพ้เสียก่อน สุภาษิตญี่ปุ่นสอนว่า **“ล้มไปแล้วอย่าลุกขึ้นมามือเปล่า อย่างน้อยให้มีฟางเส้นหนึ่งติดมือขึ้นมาก็ยังดี”** ฟางที่ติดมือขึ้นมานั้น เรียกว่ารางวัลชีวิต ผ่านวิกฤตโควิด ๑๙ ครั้งนี้ อาจจะได้เหรียญทองอย่างชาวนาคนนี้ก็ได้

ถ้าประเทศไทยผ่านวิกฤตครั้งนี้ได้ ก็จะไปได้สวย ขอภาวนาให้โครงการภูเก็ตแซนด์บ็อกซ์ประสบความสำเร็จจนเป็นโมเดล เป็นแม่แบบของจังหวัดที่ป้องกันโควิดได้ดีเพราะฉีดวัคซีนให้ประชาชน ๗๐ เปอร์เซ็นต์ขึ้นไป จนบัดนี้คนต่างประเทศก็ยังเข้ามาเที่ยวภูเก็ตจำนวนมาก และกำลังขยายโครงการแบบเดียวกันไปที่สมุย พังงา กระบี่ กลายเป็นความสำเร็จที่เป็นความหวัง จุดประกายให้ที่อื่น เช่น กรุงเทพฯ ก็อาจจะทำตามได้ วันหนึ่งชาวกรุงจะได้อยู่กันอย่างปลอดภัยจากโควิดเหมือนชาวภูเก็ต และภูเก็ตต้องรักษาแชมป์ไว้ให้ได้ ต้องแสดงความหวังให้ที่นั่นประสบความสำเร็จ เพื่อเป็นแบบอย่างให้เดินหน้าต่อไป

การมีความหวังเป็น**อารัมภธาตุ** แปลว่า **ความคิดริเริ่ม** ส่วนการลงมือทำ เรียกว่า **นิกกมธาตุ** แปลว่า **ก้าวออกไป** ฟังเทศน์แล้วเกิดกำลังใจฮึกเหิมต้องลุกออกไปทำสิ่งนั้นสิ่งนี้ อย่าเอาแต่หลับฝันเหมือนเดิม มีความริเริ่มในใจแล้วต้องก้าวเดินไปตามความฝัน นั่นคือต้องออกจากความเกียจคร้าน ทุกคนมีความเกียจคร้านอยู่ในใจ ภาษาฝรั่งเรียกว่า Comfort Zone **แปลว่าเขตสบาย** คนเรามักบอกตัวเองว่า “อยู่อย่างนี้ก็ดีอยู่แล้ว” อยู่สบายจนชิน เมื่อต้องสวมหน้ากากอนามัย รู้สึกอึดอัด ชอบถอดหน้ากาก ตอนนี้หลายคนติดเชื้อโควิดจากสมาชิกในครอบครัวที่ออกนอกบ้าน ไปนำเอาโควิดมาฝากคนในบ้าน ไม่ระแวงระวังว่าคนคุ้นเคยในบ้านจะนำภัยมาให้ ไม่ใส่ใจพุทธศาสนาสุภาษิตที่ว่า **“วิสฺสาสา ภยมนฺเวติ ภัยย่อมมาจากความคุ้นเคยกัน”**

เพื่อสู้กับโควิด ๑๙ ต้องยอมลำบาก ฝืนใช้วิถีชีวิตใหม่แบบนิวนอร์มอล นี่คือนิกกมะ ก้าวออกจากเขตสบาย ถ้าป่วยต้องฝืนทานยา รักษาโควิด ๑๙ คือยาฟาวิพิราเวียร์ เป็นยาแรงมาก ถ้าป่วยไม่มาก ทานยาฟ้าทะลายโจร บางคนดื่มน้ำกระชายป้องกันไว้ก่อน บางคนทานยาฟ้าทะลายโจรทั้งที่ยังไม่ได้ป่วยเป็นอะไร ซึ่งแพทย์เตือนว่าอย่าทานยานี้เพื่อป้องกัน แต่เอาไว้ใช้รักษาโควิด ๑๙ ในระยะเริ่มแรก ทานยาฟ้าทะลายโจรมากเกินไปก็เป็นพิษเป็นภัยได้ จะมีผลข้างเคียง

เมื่อประกาศสงครามกับโควิด ๑๙ แล้ว ถ้ายังไม่ชนะก็อย่าหยุดรบ อาวุธคือยาที่เริ่มผลิตเองได้ นอกจากสมุนไพรดังกล่าวมา องค์การเภสัชกรรมได้จดทะเบียน อย. ของไทยเริ่มผลิตยาออกมาชุดแรกในเดือนสิงหาคมสองล้านเม็ด คือยารักษาโควิด ๑๙ ที่มีต้นตอมาจากจีนและญี่ปุ่น ชื่อว่าฟาวิพิราเวียร์ ไทยได้ทำวิจัยจนสามารถผลิตยาได้เอง ตั้งชื่อว่าฟาเวียร์ ราคาถูกกว่าที่ซื้อมาจากต่างประเทศ และจะมียานี้อย่างพอเพียงเพราะผลิตได้เอง นี่เป็นนิกกมะ แปลว่าก้าวต่อไปของการผลิตยาขององค์การเภสัชกรรม และต้องมีก้าวต่อไปในการแสวงหาวัคซีนที่เหมาะสม สามารถจัดการเชื้อโควิดที่กลายพันธุ์อย่างเดลตาได้

ฝ่ายที่วิจัยวัคซีนในประเทศไทยก็กำลังก้าวต่อไปไม่หยุด เมื่อทดลองในสัตว์เสร็จแล้วจะเริ่มทดลองในคน เมืองไทยต้องผลิตวัคซีนแบบ mRNA ให้ได้ ต้องก้าวต่อไป เพราะว่าวัคซีนยังจำเป็นในอนาคตเนื่องจาก โควิด ๑๙ ยังไม่หมดไปจากโลก จะอยู่กับคนต่อไปเหมือนไข้หวัดทั้งหลาย โรงงานผลิตวัคซีนที่มีอยู่ในประเทศไทย ต้องผลิตต่อไป ตอนนี้ผลิตไม่ทันก็อย่าท้อ

เพิ่มกำลังการผลิตยิ่งขึ้น แต่อย่าให้เสียคุณภาพ และต้องให้ทันต่อความต้องการ เมื่อดีมานด์สูงฝ่ายซัพพลายก็ต้องสูงตาม และบริษัทที่ผลิตวัคซีนในไทยควรจะแบ่งวัคซีนให้ประเทศไทยมากกว่า ๑ ใน ๓ ของที่ผลิตได้ต่อเดือน อย่างน้อยแบ่งครึ่งให้แก่คนไทยที่ให้ประเทศไทยเป็นที่ตั้งของโรงงานผลิตวัคซีน อย่าให้ต้องถึงกับใช้กฎหมายบังคับห้ามส่งออกวัคซีนเหมือนที่อินเดียได้ทำมาแล้ว

อันความกรุณาปรานี
จะมีใครบังคับก็หาไม่
หลั่งมาเองเหมือนฝนอันชื่นใจ
จากฟากฟ้าสุราลัยสู่แดนดิน

เมื่อลงมือทำแล้ว ต้องทำจริง อย่ายอมแพ้ง่าย ๆ ต้องสู้ต่อไปด้วยปรักกมะ ความบากบั่นมุ่งมั่น เพราะเราไม่ยอมแพ้ ดังพระบาลีที่ว่า **“ทฬฺหเมน ปรกฺกเม บากบั่น มุ่งมั่นทำสิ่งนั้นให้สำเร็จ วายเมเถว ปุริโส ยาว อตฺถสฺส นิปฺปทา เกิดเป็นคนต้องพยายามร่ำไปจนกว่าจะได้สิ่งที่ปรารถนา”** สิ่งที่คนไทยปรารถนามากตอนนี้คือชัยชนะเหนือโควิด ๑๙ ชัยชนะเหนือความอดยากหิวโหย จะประกอบอาชีพอะไรก็ได้ที่ทำให้มีกินมีใช้ อย่ายอมแพ้ เรียกว่าสู้ไม่ถอย

น้ำเป็นของเหลว หากนำน้ำไปขังไว้ น้ำจะไม่ยอมอยู่ในที่ขัง น้ำมีพลังแม้จะเป็นของเหลว หากที่ขังมีรูรั่วนิดเดียวน้ำก็จะทะลุออกไปจนได้ พอพบรูรั่วน้ำก็ขยายรูรั่วให้กว้างขึ้นจนที่ขังแตกพังไป เมื่อสองวันก่อน ประเทศจีนต้องระเบิดสันเขื่อน เพราะมวลน้ำที่ขังในเขื่อนมีมากเกินไปจนระบายไม่ทัน ทั้งนี้เพราะน้ำมีพลัง น้ำใจคนก็เช่นเดียวกัน ถ้ารวมพลังด้วยสติ สมาธิ มุ่งไปสู่เป้าหมายด้วยความหวัง จะเกิดพลังมหาศาล

พอคนเรามีความหวังคือ**ฉันทะ** ก้าวออกไปด้วย**วิริยะ** พากเพียรทำ เมื่อพากเพียรไปแล้วพบปัญหาหรือเจออุปสรรค ต้องมี**จิตตะ** แปลว่า ประคองใจให้มุ่งมั่น เหมือนพลังของน้ำที่สามารถเซาะเขื่อนให้พังทลาย คนที่มีกำลังใจมุ่งมั่นจะลุกขึ้นสู้ไม่ยอมแพ้ต่อโควิด ๑๙ ต่อให้ป่วยหนักต่อให้ปอดมีฝ้า จะกินยารักษาตัว จะต้องมีชีวิตอยู่ต่อไปเพื่อครอบครัว เรียกว่ามีปรักกมะ คือ บากบั่น มีจิตตะคือประคองใจให้แน่วแน่อยู่กับเรื่องที่ตั้งความเพียรไว้

สถานการณ์ตอนนี้เหมือนกำลังชกมวยบนเวทีกับคู่ต่อสู้คือโควิด ๑๙ ตั้งใจสู้ต่อไปไม่ห่วงเสียงเชียร์ของคนดู ใจจดจ่ออยู่กับลีลาของคู่ต่อสู้ คือโควิด ๑๙ สังเกตดูเชิงมวยของคู่ต่อสู้และแก้ทางมวยให้ถูกจุด ตอนแรกโควิด ๑๙ ใช้ลีลามวยจีนจากอู่ฮั่น ต่อมากลายพันธุ์ เปลี่ยนเชิงชกเป็นมวยสากลแบบอังกฤษแล้วเปลี่ยนเป็นมวยแขกแบบอินเดีย ไม่ว่าโควิดจะมาแบบไหนก็สามารถแก้ทางมวยได้ เพราะตาจับจ้องอยู่ หมัดคู่ชกจะมาทางซ้ายหรือทางขวา ก็หลบทันป้องกันได้ เพราะมีจิตตะ จับจ้อง **นตฺถิ ปญฺญา อฌายิโน ปัญญาไม่เกิดแก่ผู้ไม่เพ่งพินิจ** คือไม่จับจ้อง

ตอนนี้ต้องดูลีลาของโควิด ๑๙ ว่าจะกลายพันธุ์เป็นอะไรอีก ปีที่แล้วเอาชนะมวยจีนจากอู่ฮั่นได้ พอชนะมวยจีนแล้ว นอนหลับสบาย การ์ดตก ไม่จับจ้องไม่ระวังตัว เจอมวยสากลแอลฟา

จากอังกฤษ เปลี่ยนกระบวนยุทธ์แทบไม่ทัน กลายเป็นมวยวัดไปเลย ตอนนี้เจอมวยแขกเดลตามาจากอินเดีย ประมาทไม่ได้ ต้องจับจ้องไว้ และใช้วิมังสา ปัญญาพิจารณาแก้ทางมวย

เมื่อเจอมวยจีนจากอู่ฮั่น ใช้สไตล์มวยจีนสู้ด้วยวัคซีนจีนคือซิโนแวค จึงสามารถจัดการโควิดสายอู่ฮั่นได้ ต่อมาเจอมวยแอลฟาจากอังกฤษก็ยังพอสู้ไหว แต่พอเจอมวยเดลตาจากอินเดีย วัคซีนจีนก็งงจนแก้ทางมวยไม่ถูก ดังนั้น ต้องใช้สไตล์ผสม คือใช้สไตล์มวยจีนคือซิโนแวคฉีดเป็นเข็มหนึ่งไขว้สลับกับสไตล์มวยอังกฤษคือแอสตร้าเซนเนก้าฉีดเป็นเข็มสอง ยังไม่รู้ว่าจะแก้ทางมวยได้หรือไม่ หรือเชื้อโควิด ๑๙ จะกลายพันธุ์ไปอีก บางคนบอกให้เอาสไตล์มวยอเมริกันคือวัคซีนไฟเซอร์และโมเดอร์นาเข้ามาสู้กับมวยอินเดียโดยด่วน

ทั้งหมดนี้ อย่าเพิ่งด่วนตัดสินว่าต้องใช้สไตล์ใดสไตล์หนึ่งเพียงอย่างเดียว ยังอยู่ในขั้นวิมังสา คือ ใช้ปัญญาพิจารณาทดลอง เปลี่ยนกระบวนยุทธ์ได้เสมอ เชื้อโควิด ๑๙ อาจกลายพันธุ์ไปได้อีก ฉะนั้นจะต้องมีปรักกมะ คือ บากบั่น มุ่งมั่น ทำต่อไป เมื่อทำต่อไปไม่หยุด จึงจะมีทางเอาชนะโควิด ๑๙ ในที่สุด นั่นคือ บากบั่นมุ่งมั่นด้วยจิตตะ ตาจับจ้องอย่ากะพริบ เพ่งพินิจด้วยฌาน และเมื่อมีฌานก็จะเกิดวิมังสาใช้ปัญญาแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ถ้าวัคซีนมาไม่ทัน ก็เร่งผลิตยาฟาวิพิราเวียร์ออกมารักษาให้ได้มากกว่าเดือนละ ๒ ล้านเม็ดที่องค์การเภสัชกรรมประกาศตั้งเป้าไว้ และเมื่อใช้ปัญญาสอบสวน จะเห็นช่องทางที่จะแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ ดังเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อปีที่แล้ว ที่รัฐอะแลสกา

รัฐอะแลสกาของประเทศสหรัฐอเมริกาตั้งอยู่ทางตอนเหนือของประเทศแคนาดา เหตุเกิดที่เมืองเล็กแห่งหนึ่งของอะแลสกา เมืองนี้มีภูเขาล้อมรอบจึงสร้างสนามบินเล็กขนาดที่เครื่องบินส่วนตัวขนาดเล็กลงจอดได้ เมื่อปีที่แล้วในช่วงเดือนกันยายน สุภาพสตรีคนหนึ่งได้ยินเสียงเครื่องบินเล็กบินวนอยู่ บ้านของเธออยู่ใกล้สนามบิน เวลาที่เครื่องบินวนนั้นคือ ๕ ทุ่มครึ่ง ซึ่งปกติจะไม่มีเครื่องบินมาลงจอดในเวลานั้น หากมีเครื่องบินมาบินวนแสดงว่าเกิดเรื่องผิดปกติ เธอจึงชะโงกออกไปดูทางหน้าต่างก็เห็นเครื่องบินเล็กบินวนอยู่บนท้องฟ้า และเมื่อมองไปที่สนามบินก็เห็นว่า ที่เครื่องบินนั้นบินวนอยู่เพราะว่าลงจอดไม่ได้ เนื่องจากไม่ได้เปิดไฟที่รันเวย์ เธอจึงรีบแต่งตัวชวนน้องสาวขับรถออกจากบ้านไปที่สนามบินแล้วถามเจ้าหน้าที่ว่าทำไมไม่เปิดไฟรันเวย์ให้เครื่องบินลงจอด

เจ้าหน้าที่ที่คุมไฟฟ้าตอบว่า เขาพยายามแล้วแต่ไฟไม่ติด ไม่รู้ว่าเกิดอะไรขึ้น จึงพยายามแก้ไข แต่ไฟก็ยังไม่ติด เขาบอกว่าเครื่องบินนั้นเป็นเครื่องบินรับผู้ป่วย นักบินจะมารับเด็กสาวป่วยหนักไปโรงพยาบาลที่เมืองหลวงของอะแลสกาที่อยู่ห่างออกไปเกือบ ๔๐๐ กิโลเมตร แต่เครื่องบินลงจอดไม่ได้เพราะไม่มีไฟส่องสว่างที่รันเวย์

สุภาพสตรีคนนั้นมีฉันทะอยากจะช่วยให้เครื่องบินลงจอดโดยปลอดภัย เธอมีวิริยะจึงขับรถออกไปที่สนามบินกลางดึก มีจิตตะช่วยกันคิดว่าจะนำเครื่องบินลงจอดได้อย่างไร เมื่อวิทยุปรึกษา

กับนักบินก็ได้วิมังสาคือใช้ปัญญาสอบสวนพบว่า ต้องทำอย่างไรเครื่องบินถึงจะลงจอดได้ คำตอบก็คือ ต้องส่องแสงไฟไปที่รันเวย์ สตรีคนนั้นรีบขับรถไปที่จอดข้างรันเวย์โดยเปิดไฟหน้ารถส่องรันเวย์ แต่ความสว่างของไฟหน้ารถยังไม่พอ เธอจึงโทรศัพท์ไปหาคนในเมืองนั้นซึ่งมีอยู่แค่ ๗๐ คน ให้ขับรถออกมาช่วยกัน ปรากฏว่ามีรถ ๒๐ คันขับออกมากลางดึก นักบินได้วิทยุมาที่ภาคพื้นดินบอกให้รถทุกคันจอดเรียงกันที่เพียงด้านเดียวของรันเวย์และเปิดไฟหน้ารถส่องให้เห็นรันเวย์ พอรถทุกคันทำอย่างนี้ นักบินมองเห็นรันเวย์สามารถนำเครื่องบินลงจอดได้โดยปลอดภัยและรับเด็กสาวที่ป่วยหนักไปรักษาตัวที่โรงพยาบาลจนหายเป็นปกติในเวลาต่อมา

นี่เป็นผลจากการไม่ยอมแพ้ของชาวบ้านในรัฐอะแลสกา หนังสือพิมพ์นิวยอร์กไทม์ลงข่าวว่าการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าด้วยการเปิดไฟหน้ารถส่องรันเวย์สนามบินนับเป็นความคิดสร้างสรรค์ที่น่าชื่นชม ความคิดสร้างสรรค์นี้เกิดจากวิมังสา ใช้ปัญญาสอบสวน

ตอนนี้คนไทยจะต้องมุ่งมั่นฟันฝ่าเพื่อเอาชนะโควิด ๑๙ ให้ได้ หากชนะไม่ได้ด้วยสไตล์มวยสากล ก็เอาชนะด้วยสไตล์มวยไทย มวยอินเดีย มวยจีน หรือสไตล์มวยผสม สไตล์อะไรทำให้ชนะได้เป็นใช้หมด นั่นคือ ไม่ว่าจะเป็นวัคซีนชาติไหน ยาประเภทอะไร ถ้าทำให้คนไทยเอาชนะโควิด ๑๙ ได้เป็นนำมาใช้ทั้งนั้น นี่เรียกว่า ชนะด้วยความคิดสร้างสรรค์เพราะเรามีปรักกมะมุ่งมั่นไม่ยอมแพ้โควิด ๑๙ สมดังพุทธภาษิตที่ได้ยกเป็น นิกเขปบทเบื้องต้นว่า **“กยิรา เจ กยิรา เถนํ ทฬฺหเมนํ ปรกฺกเม”** แปลความว่า **“ถ้าคิดจะทำเรื่องใด ให้ลงมือทำเรื่องนั้นจริง ๆ มุ่งมั่นทำเรื่องนั้นเรื่อยไป”** ดังพรรณนามา พอสมควรแก่เวลา

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺตยานุภาเวน รตนตฺตยเตชสา** ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และอานุภาพแห่งบุญกุศลที่เกิดจากธรรมสวนมัย คือการฟังธรรมนี้ บารมีของหลวงพ่อพระพุทธธรรมวิเชษฐศาสดา พระประธานในพระอุโบสถ หลวงพ่อพระพุทธนาคอันศักดิ์สิทธิ์ในพระวิหาร พระบรมสารีริกธาตุ บนพระบรมธาตุมหาเจดีย์ ขอจงรวมกันเป็นตบะ เป็นเดชะ เป็นพลวปัจจัย อำนวยอวยพรเป็นสัพพะโรคะวินิมุตโตให้รอดพ้นจากโรคภัยทั้งปวงโดยเฉพาะโรคติดเชื้อไวรัสโควิด ๑๙ ปรารถนาสิ่งใดที่เป็นไปโดยชอบประกอบด้วยธรรม ขอให้ความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จสมมโนรถมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนา ใน**ปรักกมกถา ว่าด้วยความมุ่งมั่น** พอสมควรแก่เวลาขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้

สุขวินทนกถา
ว่าด้วยสุขได้แม้ภัยมา*

ปญฺญาสหิโต นโร อิธ อปิ ทุกฺเขสุ สุขานิ วินฺทตีติ.

(ขุ. เถร. ๒๖/๓๕๐)

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนา ในสุ**ขวินทนกถา ว่าด้วยสุขได้แม้ภัยมา** เพื่อเป็นเครื่องประคับประคองฉลองศรัทธา ประดับปัญญาบารมี อนุโมทนากุศลบุญราศีของญาติโยมพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ผู้ตั้งใจรับฟังพระธรรมเทศนา เป็นธรรมสวนมัย ได้บุญจากการฟังธรรมในวันนี้ ซึ่งเป็นวันธรรมสวนะ หรือวันฟังธรรม

ทางวัดจัดแสดงธรรมให้ทุกคนได้ฟังธรรมวันนี้ เพราะต้องการให้เคยชินกับวิถีชีวิตใหม่ คือ นอกจากจะทำงานจากที่บ้านแล้วยังทำบุญกุศลจากที่บ้านอีกด้วย แม้กำลังอยู่ที่บ้านก็สามารถฟังธรรมทางสื่อสังคมออนไลน์ และร่วมทำบุญได้ บางท่านถวายทานด้วยการโอนเงินผ่านแอปพลิเคชันของธนาคาร บางคนอาจจะเกิดความเคยชินที่ไม่ดีคืออยู่บ้านเฉย ๆ โดยไม่ทำอะไร อ้างว่า Work from Home ทำงานที่บ้าน อันที่จริง เราจะทำหรือไม่ทำก็ไม่มีใครว่า เพราะอยู่ที่บ้าน จึงอาจจะเกิดความเกียจคร้าน และเข้าสู่นิสัยใหม่ คือไม่ลุกขึ้นมาทำกิจการที่เป็นประโยชน์ เราอยู่ภายใต้อำนาจของโกสัชชะ คือ ความเกียจคร้าน

พระพุทธเจ้าสอนให้คนเรามีวิริยะ คือ ขยันหมั่นเพียร ออกจากความเกียจคร้านมาทำงาน แม้จะทำงานจากบ้าน เราต้องบอกตัวเองว่า ถึงเวลาก็ต้องทำ และเมื่อมีการแสดงธรรม ถึงเวลาเราก็ฟังธรรม อย่าปล่อยให้ความเฉื่อยชาเข้าครอบงำ เราต้องพาตัวเองออกจากเขตสบายที่ภาษาอังกฤษเรียกว่า Comfort Zone เขตที่อยู่สบายด้วยความเคยชิน ไม่อยากไปยุ่งอะไรกับใคร ในที่สุดเมื่ออยู่บ้าน หยุดเชื้อเพื่อชาติ เราก็สร้างเขตสบายแบบไม่ต้องทำอะไร อยู่ในเขตสบายด้วยความเกียจคร้านที่เคยชิน จะไม่มีการพัฒนา ไม่มีความเจริญก้าวหน้า ถ้าอยากเจริญก้าวหน้าต้องก้าวออกมาจากเขตสบาย

---

* พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านทางโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระแรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๘-๘) ซึ่งอยู่ในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด ๑๙) ที่ระบาดรอบสาม ออนไลน์ ณ พระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๘ สิงหาคม ๒๕๖๔

ก่อนหน้าโควิดระบาด เราเคยออกจากบ้านไปที่ทำงาน หรือไปทำกิจกรรมเข้าสังคม แต่ตอนนี้ถึงตัวเราออกไปทำแบบนั้นไม่ได้ แต่ใจเราจะต้องก้าวออกจากความเกียจคร้าน เพื่อศึกษาหาความรู้ต่อเนื่องโดยเฉพาะด้านธรรมะ อย่าปล่อยให้ขึ้นสนิม หัดฟังเทศน์ ฟังธรรม อ่านหนังสือศึกษาเล่าเรียน งานที่เราทำต้องมีความก้าวหน้า ปรับตัวให้ทันต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลง

เมื่อออกจากเขตสบายที่เราเคยชิน เราก็จะเข้าไปสู่ดินแดนแห่งความเจริญก้าวหน้า โดยไม่ต้องออกไปด้วยตัวของเรา แต่ใส่ใจศึกษา ปฏิบัติธรรม พัฒนาความรู้อยู่ที่บ้าน นั่นคือใจออกจากความเกียจคร้าน แต่ระวังอย่าไปถึงขั้นพาตัวไปสู่เขตอันตราย คือพาตัวเองออกจากบ้านไปพบปะกลุ่มคนที่เสี่ยงติดเชื้อโควิด ๑๙ เช่น จัดงานวันเกิดบ้าง ไปเที่ยวบ้าง แม้จะไปแสวงหาความสนุกหรือความบันเทิง ก็เสี่ยงอันตรายที่จะติดเชื้อโควิด ๑๙ ด้วยตนเอง แล้วเอามาแพร่เชื้อให้คนที่เรารักในบ้าน หรือในวัดของเรา ซึ่งจะทำให้การก้าวออกไปนั้น แทนที่จะก้าวไปสู่ความเจริญกลายเป็นก้าวไปสู่ความหายนะ เพราะความไม่ระมัดระวัง

ฉะนั้น ในช่วงที่โควิด ๑๙ ระบาด ก้าวออกไปพอสมควรด้วยความระมัดระวัง อย่าเข้าไปสู่ Danger Zone คือเขตอันตราย อยู่ใน Growth Zone เขตความเจริญ อย่าหมกตัวอยู่ในเขตสบายนานเกินไป โดยเฉพาะพระผู้เทศน์ แม้ไม่มีใครฟังเทศน์ในพระอุโบสถนี้เลย แต่ก็ต้องขวนขวายเตรียมการเทศน์เหมือนมีคนฟังเยอะ นี่เป็นการกระตุ้นตัวเองว่ามีคนฟังหรือไม่มีก็ตาม แต่เราคิดว่ามีเพื่อเป็นการกระตุ้นตนเองให้ออกจากความเกียจคร้าน มาเตรียมการเทศน์

ในรอบปีที่ผ่านมา อาตมภาพแสดงธรรมอยู่เรื่องเดียว คือ เรื่องโควิทกถา ว่าด้วยธรรมในสถานการณ์โควิด ๑๙ โดยศึกษาหัวข้อธรรมที่เกี่ยวข้องกับเรื่องนี้ในพระไตรปิฎก ผู้เทศน์เองออกจากเขตสบาย ทำหน้าที่ของพระธรรมกถึก ผู้ให้ธรรมแก่ญาติโยมสาธุชนเป็นประจำต่อเนื่องมา ถ้าไม่จำเป็นจริง ๆ ก็ไม่ขาด แม้จะไม่มีใครนั่งฟังอยู่ตรงหน้าก็เทศน์เพื่อเตือนสติท่านทั้งหลายให้มีวิริยะ มีกำลังใจที่จะกระทำกิจการใด ๆ ต่อไป

คำว่า **วิริยะ** มาจากคำว่า **วีรานํ ภาโว** หมายถึง ***ภาวะของคนกล้า*** กล้าที่จะก้าวออกมา กล้าที่จะริเริ่ม กล้าที่จะทำกิจการใด ๆ แต่ต้องให้ปลอดภัย ความกล้าไม่ใช่บ้าบิ่น คนบ้าบิ่น คือผู้ที่เข้าไปในเขตอันตรายโดยไม่ระวังตัว จึงพาให้ตนเองและคนอื่นเดือดร้อน ในสถานการณ์ตอนนี้ต้องมีความกล้า อย่าท้อถอย อย่ายอมแพ้ ต้องเตือนสติกันอยู่เรื่อย ๆ ว่า **สู้ ๆ** เพราะว่าสู้มาเป็นปีแล้ว โรคระบาดยังไม่สงบลง จำนวนตัวเลขผู้ติดเชื้อโควิดใหม่ในประเทศไทยอยู่ในระดับสองหมื่น มาเกิน ๗ วันแล้ว เมื่อวานนี้มีผู้เสียชีวิตจากโควิด ๒๑๒ คน การเห็นความทุกข์ของคนที่ได้รับผลกระทบโดยตรงจากโควิด ๑๙ และโดยอ้อมจากพิษเศรษฐกิจที่ตกต่ำ ทำให้เกิดความสลดหดหู่ใจ ถ้าเจอเข้ากับตัวเอง ไม่ว่าจะเป็นโรคภัยจากโควิด หรือทุพภิกขภัย ข้าวยากหมากแพง คนเราก็ท้อถอยกันได้ ที่ว่าท้อ คือไม่อยากเดินต่อ ถอย คือกลับหลังหันไม่คิดสู้ เคยทำงานอะไรได้เงินมาก็หยุด ถ้าหากเราหยุดหรือเลิกไป การจะเริ่มต้นใหม่ก็ทำได้ยาก สู้ประคับประคองให้

กิจการดำเนินต่อไป อย่าให้กิจการถึงกับเลิกล้มไป เหมือนการเทศน์ในพระอุโบสถ ทุกวันพระที่วัดประยุรวงศาวาสเมื่อถึงวันพระ ๘ ค่ำ มีพระผู้ใหญ่ภายในวัดเวียนกันมาเทศน์ไม่ขาด วันพระ ๑๕ ค่ำ เจ้าอาวาสมาเทศน์เอง ประคับประคองฉลองศรัทธากันไป แสดงว่าไม่ท้อถอย มีกำลังใจที่จะสู้ต่อไป ธรรมก็ยังจะต้องส่องแสงสว่างนำทางให้ญาติโยมสาธุชน เพื่อที่จะผ่านวิกฤตโควิด ๑๙ ไปให้ได้

บางคนที่ท้อถอยนั้น เพราะว่า เป็นสงครามที่ยาวนาน คนไทยสู้กับโควิด ๑๙ มานานแล้ว ทั้งฝ่ายประชาชนทั่วไป และผู้ที่เป็นทหารกล้าอยู่แนวหน้า คือแพทย์กับพยาบาล ตอนนี้คนไข้ล้นโรงพยาบาล ต้องสร้างโรงพยาบาลเพิ่มเติม เป็นโรงพยาบาลสนาม และที่พักคอย สิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นว่าสถานการณ์หนัก และเหนื่อยสำหรับผู้ที่อยู่แนวหน้าทุกฝ่าย ผู้บริหารทั้งหลายเกิดความเหนื่อยใจ ทรัพยากรต่าง ๆ ก็ร่อยหรอลงไปทุกที โดยเฉพาะอุปกรณ์ที่ใช้อยู่ในห้องคนไข้หนักก็ลดน้อยถอยลง เศรษฐกิจได้รับผลกระทบหนัก เพราะปิดบ้านปิดเมือง โดยเฉพาะ ๒๙ จังหวัดสีแดงเข้ม การทำธุรกิจก็ยาก จึงกลายเป็นความท้อถอยสำหรับหลายคน ถ้าเป็นการวิ่งแข่งกีฬาโอลิมปิก ตอนนี้ไม่ใช่แข่งแค่ ๔๐๐ หรือ ๘๐๐ เมตร แต่เป็นวิ่งแข่งมาราธอน เราสู้กับโควิด ๑๙ มานานเหมือนวิ่งแข่งมาราธอน แม้เหนื่อยแสนเหนื่อยก็ยังต้องวิ่งต่อไป ไม่ท้อถอย พบเจอปัญหาอย่าถอดใจ ยอมงอดีกว่ายอมหัก ในสถานการณ์นี้

ธุรกิจใดที่ทำอยู่ เรายอมงอ คือลดขนาดกิจการลงไปบ้าง พักจ่ายเงินค่าจ้าง หรือจ่ายน้อยลงบ้าง ดีกว่าเลิกกิจการ ปล่อยคนงานกลับบ้านหมด เพราะถ้าจะเริ่มกิจการใหม่ อาจจะหาคนที่มีฝีมืออย่างเดิมได้ยาก ต้องรักษาคนของเราไว้ เรียกว่ายอมงอ แต่ไม่ยอมหัก เหมือนกับกิ่งไม้บนต้นไม้ มีอยู่ ๒ ประเภท กิ่งไม้ที่หักง่าย กับกิ่งไม้ที่ไม่หัก กิ่งไม้ที่หักง่ายส่วนมากก็จะเป็นกิ่งแห้ง เปราะบาง หักก็หล่นลงมาเป็นฟืนสำหรับชาวบ้าน ไม่มีประโยชน์อื่นและไม่เติบโตต่อไป แต่ถ้าเป็นกิ่งสดอยู่บนต้นไม้ เราไปโน้มกิ่งนั้นมันก็โค้งตามมือของเรา มันมีความเหนียว ยืดหยุ่น เมื่อถูกดึงลงมันก็โค้งลงมา แต่ไม่หัก พอปล่อยมือมันก็ดีดตัวกลับไปอยู่ดังเดิม นี่คือกิ่งสดที่ยอมงอ แต่ไม่ยอมหัก ตอนนี้อยากจะเห็นคนไทยยอมลู่ไปตามลม เพื่อไม่ต้านกระแสลมแรง อย่างกระแสโควิด ๑๙ จนกระทั่งหักโค่น แค่โยกไปโยกมาก็พอ ขอให้ทุกคนประคับประคองตัวเองให้ยืดหยุ่น งอก็ได้ โค้งก็ได้ พอผ่านพายุโควิด ๑๙ เราก็ตั้งตรงดังเดิม ดำเนินกิจการต่อไปได้ทันที

ตุ๊กตาล้มลุก โดนคนผลักล้มลงไป มันก็ลุกขึ้นมาตั้งดังเดิม ฉันใด ตัวเราก็ฉันนั้น อาจจะโดนผลักโดนกระแทกโอนเอนไปมา เราก็สะท้อนกลับสู่สภาพเดิมได้ บางทีอาจมีจิตตก ใจเสีย โวยวาย ร้องไห้ เสียใจ แต่ก็หายเร็ว คนที่กลับเข้าสู่สภาพเดิมได้เร็ว ถือว่าเป็นผู้ที่สุขได้แม้ภัยมา ตามหัวข้อที่อาตมภาพได้ตั้งเป็นประเด็นไว้ในวันนี้ แม้แต่ในยามที่เรามีความทุกข์ด้วยโควิด ๑๙ อย่างนี้ ก็ไม่ได้ทุกข์จนเป็นโรคจิต โรคประสาท เพราะเรายังมีเวลาพักยก นักมวยไม่ได้ต่อยกันต่อเนื่อง แต่มีพักยก กีฬามวยสมัครเล่นจะชกแค่ ๓ ยก ถ้าชิงแชมป์โลกอาจจะชกกัน ๑๒ ยก ดังนั้น เราต้องหาเวลาพักยกให้ตัวเองบ้าง พักแล้วสู้ใหม่ ในเวลาพักยกก็ไม่ยอมโยนผ้าขาว

ยอมแพ้ แค่พักเฉย ๆ พร้อมที่เดินหน้าต่อไป เพราะฉะนั้น ในยามที่เจอปัญหา เราสามารถพักยก และยิ้มได้เมื่อภัยมา ไม่โศกาเมื่อภัยมี มีความสุขตามอัตภาพ ยิ้มแย้มแจ่มใส อย่าไปเครียดกับอะไรมากนัก ตอนนี้พัก เพื่อฟังเทศน์ สงครามยังมีการพักรบ เพราะขืนรบต่อไปก็ไม่ไหวทั้งสองฝ่ายที่รบกับเรา

เป็นการง่าย ยิ้มได้ ไม่ต้องฝืน
เมื่อชีพชื่น เหมือนบรรเลง เพลงสวรรค์
แต่คนที่ ควรชม นิยมกัน
ต้องใจมั่น ยิ้มได้ เมื่อภัยมา

ที่ว่ายิ้มได้เมื่อภัยมา และสุขได้เมื่อภัยมา เป็นดังพระบาลีนิกเขปบทที่ยกไว้ ณ เบื้องต้นว่า **"ปญฺญาสหิโต นโร อิธ"** เป็นต้น แปลความว่า **"คนในโลกนี้ประกอบด้วยปัญญาแล้ว แม้เมื่อมีความทุกข์ก็ประสบสุขได้"** หมายว่า ในสถานการณ์ที่มีความทุกข์ ใช่ว่าทุกข์จะท่วมทับจนไม่มีเวลาที่จะพักยกหาความสุข ต่อให้มีความทุกข์กายทุกข์ใจ เราจะต้องมีช่วงเวลาพักหาความสุข และถ้าจะให้ดี ก็ข้ามพ้นทุกข์ให้ได้ มีความสุขที่ยั่งยืน ทำด้วยปัญญา **ปญฺญา สหิโต นโร อิธ** คนในโลกนี้มีปัญญาเสียแล้ว เมื่อพบทุกข์ก็สุขได้ สุขด้วยปัญญาที่จะพาให้พ้นทุกข์และพบสุขแม้ในสถานการณ์โควิด ๑๙

ปัญญาคือความรอบรู้ ไม่ใช่แค่ความรู้หรือสุตะ เพราะว่าสุตะเป็นการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากการอ่านหนังสือ หรือตำราต่าง ๆ มีข้อมูลข่าวสารให้ได้รู้ ได้จำ แต่ปัญญาเหนือกว่านั้น เป็นเรื่องของการจัดระบบข้อมูลข่าวสารที่เราอ่านหรือฟัง เมื่อเราเรียนในโรงเรียน มหาวิทยาลัย หรือเรียนตามอัธยาศัย คือ เรียนเฉพาะเรื่องที่ชอบ เราก็นำเรื่องที่เรียนมาวิเคราะห์ สังเคราะห์ให้เกิดปัญญา เรียนแบบท่องจำอย่างเดียวโดยไม่คิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ ก็ไม่เกิดปัญญา ดังที่ขงจื๊อบอกว่า **"เรียนโดยไม่คิดเสียเวลาเรียน คิดโดยไม่เรียนเข้ารกเข้าพง"** ในทำนองเดียวกัน ฟังธรรมโดยไม่คิดตาม ก็ไม่ได้อะไร ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า **"สุสฺสูสํ ลภเต ปญฺญํ ฟังด้วยดีย่อมได้ปัญญา"** ที่ว่า ฟังด้วยดี คือฟังด้วย คิดวิเคราะห์เรื่องที่ฟังไปด้วย วิเคราะห์คือแยกแยะ ในขณะที่เราเรียนหรือฟังเรื่องใด ถ้าอยากได้ปัญญา เราต้องเรียนหรือฟังเรื่องนั้นอย่างตั้งใจ โดยคิดวิเคราะห์แยกแยะไปด้วย เหมือนนักวิทยาศาสตร์คิดแยกแยะชิ้นส่วนของไมโครโฟนว่าประกอบด้วยอะไรบ้าง นักวิทยาศาสตร์พบว่า ส่วนที่เล็กที่สุดของไมโครโฟนเป็นปรมาณู เรียกว่า อะตอม เขายังสามารถวิเคราะห์แยกแยะอะตอมออกไปเป็นประจุไฟฟ้า นิวตรอน อิเล็กตรอน โปรตอน นี่เรียกว่าแยกแยะจนรู้ลึกไปถึงแก่นของไมโครโฟน นี่คือปัญญา เหมือนวิเคราะห์ร่างกายมนุษย์ว่าประกอบด้วยขันธ์ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

ดังนั้น การวิเคราะห์ทำให้เกิดปัญญา **ปัญญาที่เกิดจากการวิเคราะห์ เรียกว่า รู้ลึก** เช่น รู้ไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มองทะลุไปถึงแก่นแท้ของธรรมชาติ ดังที่ตอนนี้เราต้องมีปัญญา

รู้สึกถึงธรรมชาติของโควิด ๑๙ ว่าเป็นไวรัสอะไร มีส่วนประกอบอะไรบ้าง มีโครงสร้างอย่างไร เมื่อรู้ว่ามันมีขาเป็นโปรตีนสำหรับไปเกาะในลำคอและจมูกของมนุษย์ นักวิจัยก็นำความรู้นี้มาทำวัคซีน ที่เขาทำได้เพราะรู้สึกถึงธรรมชาติของไวรัสด้วยปัญญา เพราะฉะนั้น แม้จะประสบความทุกข์คือเจอโควิด ๑๙ รุกราน เราก็เอาชนะได้ด้วยปัญญา คือรู้สึกไปถึงธรรมชาติของมัน และผลิตวัคซีนออกมาป้องกัน เมื่อรู้ว่าธรรมชาติของโควิด ๑๙ เป็นโรคติดต่อ ที่กระโดดจากคนนี้ไปหาคนนั้นได้ เราก็ต้องพยายามหยุดการติดต่อกัน อย่าออกไปพบปะคนหมู่มาก หรือถ้าไปด้วยความจำเป็นก็ต้องใส่หน้ากากอนามัย รักษาระยะห่างทางสังคม ล้างมือ ปฏิบัติตนให้สอดคล้องกับธรรมชาติของโควิด ๑๙ การที่เราวิเคราะห์แล้ว เห็นธรรมชาติที่แท้จริงของสิ่งนั้นจัดว่ามี **ยถาภูตญาณทัสสนะ** คือ รู้สภาวะลักษณะตามความเป็นจริง รู้ธาตุแท้ของโควิด ๑๙

ถ้าเราจะอยู่รอด เราต้องรู้ธาตุแท้ไม่ใช่เฉพาะของโควิด ๑๙ เท่านั้น ต้องรู้ธาตุแท้ของตัวเราเองด้วย คือรู้ด้วยจิตตานุปัสสนา เอาใจมองใจให้เห็นว่าตอนนี้เรารู้สึกอย่างไร เรากำลังท้อถอยหรือไม่ ถ้าใจเราท้อแท้จะแก้อย่างไร อย่าปล่อยให้เป็นโรคซึมเศร้าจนแก้ไม่ได้ เพราะในที่สุดความทุกข์ท่วมทับ เพราะไม่รู้ทันธรรมชาติของเราเอง ยิ่งไปกว่านั้น เราทุกข์อย่างไร คนอื่นก็ทุกข์อย่างนั้น เรารู้ทันธรรมชาติของคนอื่นด้วย และเมื่อรู้ทันธรรมชาติคนอื่น เราก็คิดเปรียบเทียบกับตัวเองว่า **"เรารักสุข เกลียดทุกข์ ฉันใด คนอื่นก็รักสุข เกลียดทุกข์ ฉันนั้น"** เมื่อรู้สึกไปถึงจิตใจของคนอื่น เราก็เกิดความเห็นอกเห็นใจกัน เกิดกรุณาสงสารกัน เห็นเขาทุกข์แล้วเราทนอยู่ไม่ได้ แต่ถ้าเราไม่รู้สึกถึงจิตใจ เราจะรู้ได้อย่างไรว่าเขาทุกข์ เขาอาจจะหน้าชื่นอกตรมฝืนก็ได้ ในสถานการณ์นี้ ถ้าไม่สังเกต ไม่คิดวิเคราะห์ ไม่สนใจกันและกัน เราก็ปล่อยให้เขานอนป่วยจมโควิดอยู่ในบ้านโดยไม่เห็นอกเห็นใจกัน เมื่อรู้สึกถึงสภาพจิตเราเอง เราก็จัดการกับความรู้สึกของตนเองได้ อย่าปล่อยใจให้ทุกข์มาก แสวงหาธรรมะมาสอนใจเราให้คลายทุกข์

เรารู้ว่าคนอื่นก็ทุกข์เช่นกันโดยเปิดหูเปิดตาสังเกตความรู้สึกของเขา พอรู้แล้วเราจะเกิดความสงสาร เราสังเกตว่าเพื่อนบ้านใกล้กันไม่ได้ออกมาข้างนอกหลายวัน เป็นห่วงว่าเป็นอย่างไรสบายดีไหม เราอาจเรียกทางการมาช่วยดูเพื่อนบ้านบ้าง อย่างนี้เรียกว่ารู้สึกไปถึงจิตใจของกันและกัน การที่รู้สึกไปถึงจิตใจของกันและกันทำให้เกิดความกรุณาปรานี

อันความกรุณาปรานี
จะมีใครบังคับก็หาไม่
หลั่งมาเองเหมือนฝนอันชื่นใจ
จากฟากฟ้าสุราลัยสู่แดนดิน

ตอนนี้ประเทศที่มีรายได้ต่ำอย่างอินโดนีเซีย อินเดีย กำลังประสบทุกข์หนักจากการระบาดของโควิด ๑๙ คนติดเชื้อกันเยอะมาก จะต้องป้องกันโรคด้วยการฉีดวัคซีน ถ้าได้วัคซีนเร็วคนจะตายน้อยกว่านี้ เมื่อวานนี้ที่คนไทยตาย ๒๑๒ คน วิเคราะห์กันแล้วพบว่าผู้ตายส่วนมากเป็น

คนที่อายุ ๖๐ ปีขึ้นไป หรือถ้าต่ำกว่า ๖๐ ปีก็มีโรคเรื้อรังในกลุ่มเสี่ยง รวมกันแล้วสองประเภทนี้เกิน ๙๐ เปอร์เซ็นต์ของผู้ตาย เพราะโควิด ๑๙ วิเคราะห์ลึกลงไปก็จะเห็นว่าใครคือกลุ่มเสี่ยงที่จะต้องให้ความเอาใจใส่ดูแลก่อน ถ้าวัคซีนมีน้อย ควรจะฉีดให้ใครก่อน และที่น่าสังเกตคือผู้ตาย ๒๑๒ คนวันนี้ เป็นผู้ที่ยังไม่ได้ฉีดวัคซีนมากกว่า ๙๐ เปอร์เซ็นต์

ตอนนี้ทางการต้องระดมฉีดวัคซีนให้ผู้สูงวัย และกลุ่มเสี่ยงที่ว่านี้ให้มากที่สุดใน ๒๙ จังหวัดสีแดงเข้ม แต่วัคซีนยังไม่มาจากต่างประเทศ องค์การอนามัยโลกได้ออกแถลงการณ์เมื่อ ๓ วันที่ผ่านมา เรียกร้องให้ประเทศที่มีรายได้สูงแบ่งวัคซีนให้ประเทศที่มีรายได้ต่ำ อย่าสงวนวัคซีนไว้สำหรับประชาชนของตนเองเท่านั้น เพราะว่าตอนนี้ประเทศที่มีรายได้สูงอย่างน้อย ๓ ประเทศประกาศแล้วว่าในเดือนกันยายนจะฉีดวัคซีนบูสเตอร์ คือฉีดเข็มที่ ๓ ให้คนแก่และคนที่เป็นกลุ่มเสี่ยง องค์การอนามัยโลกคัดค้านว่าเมื่อเดือนพฤษภาคมที่ผ่านมา ประเทศที่มั่งคั่งฉีดวัคซีนเฉลี่ย ๕๐ คน ใน ๑๐๐ คน ส่วนประเทศที่มีรายได้ต่ำฉีดได้เพียง ๒ คนใน ๑๐๐ คน และหากว่าประเทศที่มั่งคั่งเอาวัคซีนไปฉีดเข็ม ๓ ประเทศที่มีรายได้ต่ำก็ต้องรอฉีดเข็ม ๑ นานขึ้นอีก

องค์การอนามัยโลกบอกประเทศร่ำรวยว่า อย่าเพิ่งฉีดเข็ม ๓ จนกว่าประชาชนในประเทศที่มีรายได้ต่ำจะฉีดวัคซีนได้ ๑๐ เปอร์เซ็นต์ขึ้นไป ตอนนี้ช่วยแบ่งวัคซีนมาให้กับประเทศรายได้ต่ำ เพราะว่าต่อให้ประเทศที่ร่ำรวยมีความปลอดจากโควิด ถึงสร้างกำแพงขึ้นมา เมืองก็แตกอยู่ดี เพราะพลเมืองยังต้องเดินทางไปมาหาสู่กัน แม้คนนอกประเทศไม่เข้าไป คนในประเทศก็ออกมานำเอาเชื้อโควิดกลับไปแพร่เชื้อในประเทศของตน เมื่อมองด้วยปัญญาจะเห็นภาพรวมอย่างนี้

ปัญญา คือรู้ลึก เห็นอกเห็นใจกัน ปัญญายังหมายถึงรู้รอบ คือเห็นความเชื่อมโยง ว่าโลกนี้เป็นโลกใบเดียวกัน ประเทศร่ำรวยมิอาจจะอยู่สุขสบายตามลำพัง เมื่อประเทศเพื่อนบ้านยังติดโควิดอยู่ ก็อาจจะลุกลามติดถึงกันได้ อย่างที่ประเทศไทยเมื่อปีที่แล้วปิดประเทศกันไม่ให้เชื้อเข้ามา แต่ประเทศเพื่อนบ้านติดเชื้อโควิดกันมาก เป็นไปได้ยากถ้าบ้านติดกันถูกไฟไหม้แล้วไฟจะไม่ลุกลามมาบ้านเรา ดังนั้นประเทศไทยจึงติดโควิดที่ผ่านมาทางประเทศเพื่อนบ้าน ประเทศต่าง ๆ ไม่อาจปิดบ้านปิดเมืองได้ตลอดเวลา ตราบใดที่ต่างคนต่างอยู่ โลกนี้จะกลับมาสู่สภาวะปกติได้อย่างไร ดังนั้นเราจะต้องตระหนักว่า ในประเทศเราเอง ไม่ใช่แค่ต่างคนต่างเอาตัวรอดตามลำพัง จนถึงกับแย่งกันฉีดวัคซีน อันที่จริง ทุกคนต้องรอดไปด้วยกันทั้งคนไทยและคนต่างชาติที่เข้ามาพึ่งพระบรมโพธิสมภารดังคำโคลงที่ว่า

โลกนี้มิอยู่ด้วย มณี เดียวนา
ทรายและสิ่งอื่นมี ส่วนสร้าง
ปวงธาตุต่ำกลางดี ดุลยภาพ
ภาคจักรพาฬมิร้าง เพราะน้ำแรงไหน

หมายความว่า โลกธาตุของเรานี้ ไม่ได้เกิดจากเพชรมณีเท่านั้น กรวดหินดินทราย มีส่วนสร้างโลกด้วยกันทั้งนั้น โลกนี้ไม่ได้มีเฉพาะคนมั่งคั่ง คนที่เป็นกรรมกรใช้แรงงานทั้งหลาย ก็รวมอยู่ด้วย พวกเขาช่วยให้เราอยู่ได้ เราก็ต้องดูแลพวกเขาในยามยาก ไม่ใช่มีงานชอบใช้ แต่เวลาเจ็บไข้ไม่รักษา ไม่ฉีดวัคซีน เราต้องดูแลให้เสมอหน้ากัน เพียงแต่ว่าต้องจัดลำดับความสำคัญ คือ ฉีดวัคซีนให้กลุ่มเสี่ยงและกลุ่มสูงอายุก่อน แต่ถ้ามีวัคซีนเหลือก็แบ่งกันไป มองให้รอบด้าน อย่าเอาตัวรอดตามลำพัง เราต้องห่วงใยกัน พระเณรในวัดก็เป็นหูเป็นตาดูแลกัน ใครเจ็บป่วย รีบแยกออกไป และใครสุ่มเสี่ยงก็กักตัวเองเอาไว้ นี้เรียกว่ามีปัญญาคือ รู้รอบ แบบสังเคราะห์

ปัญญาในความหมายที่ ๑ **คือ รู้ลึกด้วยการวิเคราะห์** หมายถึงว่าปัญญาประดุจดังลูกศร ที่แทงทะลุเปลือกนอก ไปถึงแก่นแท้ของความจริง นี้เรียกว่าปัญญาประเภทรู้ลึก

ปัญญาแบบที่ ๒ **คือ รู้รอบเหมือนแสงสว่าง** ดังพระบาลีที่ว่า **"ปญฺญา โลกสฺมิ ปชฺโชโต ปัญญาเป็นแสงสว่างในโลก"** ในห้องที่นั่งอยู่นี้ ถ้าเปิดไฟจะเห็นของในห้องทั้งหมด แบบเชื่อมโยงถึงกัน แต่หากปิดไฟเดินไปในห้องก็ชนเสาบ้าง ชนเตียงบ้าง หากเปิดไฟ เราจะเห็น ของทั้งหมด หลบหลีกได้ นั่นคือปัญญาแบบที่เห็นภาพรวม ภาพกว้าง และเห็นความเชื่อมโยง ของสรรพสิ่ง แก้ปัญหาได้ตรงจุด ไม่ใช่แก้ปัญหาตรงจุดนี้แล้วกลับไปสร้างปัญหาตรงจุดโน้น ปิดเมืองนี้ แต่ไล่คนไปสร้างปัญหาที่เมืองโน้นไม่รู้จบ ถ้าขาดปัญญาแบบมองภาพกว้างก็จะแก้ปัญหา เป็นงูกินหาง คือแก้ตรงนี้ได้ แต่ปัญหาไปโผล่ตรงโน้นอีก

ปัญญารู้รอบคือเชื่อมโยงกัน และรู้ลึกคือมีความเห็นอกเห็นใจกัน จึงจะเกาได้ถูกที่คัน แก้ปัญหาได้ถูกจุด ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสเล่าเรื่องชาดก ซึ่งเป็นตัวอย่างของผู้ที่แม้จะประสบทุกข์ มีปัญหา แต่ก็ใช้ปัญญาพาตัวออกจากปัญหาได้ ดังต่อไปนี้

ในอดีตกาลนานมาแล้ว ที่ริมฝั่งแม่น้ำคงคามีลิงโพธิสัตว์ตัวใหญ่อาศัยอยู่บนต้นมะเดื่อ ริมฝั่งน้ำ ในแม่น้ำมีจระเข้อยู่ ๒ ตัว ตัวผู้กับตัวเมีย จระเข้ตัวเมียอยากจะกินหัวใจของลิงที่ กำลังกระโดดหากินผลไม้อยู่บนยอดไม้ จึงบอกกับจระเข้ตัวผู้ว่าตนแพ้ท้องอยากกินหัวใจลิง

จระเข้ตัวผู้ออกอุบายทำทีไปตีสนิทเป็นมิตรกับลิง ซึ่งอยู่ตามลำพังไม่มีเพื่อน ลิงได้คุย กับจระเข้ก็คลายเหงา จนกระทั่งได้ผูกสัมพันธไมตรีอันดีกับจระเข้ วันหนึ่งจระเข้บอกกับลิงว่า "เจ้ากินผลไม้อยู่ที่ต้นนี้ไม่เบื่อบ้างหรือ เกาะกลางแม่น้ำมีผลไม้เยอะ ทำไมไม่ไปหากินที่เกาะโน้น"

ลิงตอบว่า "เกาะอยู่ไกลจากฝั่ง เราว่ายน้ำไปไม่ถึงหรอก"

จระเข้เสนอว่า "ถ้าอยากไปจริง ๆ ขี่หลังจระเข้ไป เราจะพาเจ้าไปหากินผลไม้ที่เกาะโน้น"

ความอยากกินผลไม้ครอบงำจิตใจ จนลิงไม่วิเคราะห์ให้ดีว่าทำไมจระเข้จึงใจดีขึ้นมา เมื่อปัญญาไม่มาเพราะความโลภบังตา ลิงจึงยอมขี่หลังจระเข้เพื่อให้พาไปยังเกาะกลางแม่น้ำ ขณะที่จระเข้พาลิงขี่หลังไปถึงเขตน้ำลึก จระเข้เริ่มดำน้ำลงไป ลิงเกือบจะจมน้ำถึงกับร้องลั่น ถามจระเข้ว่า "ดำน้ำทำไม"

จระเข้ตอบตามความจริงว่า "เราอยากให้เจ้าตาย เพราะว่าจระเข้ผู้เป็นเมียของเราแพ้ท้องอยากกินหัวใจของลิง ถ้าเจ้าจมน้ำตายไป เราจะได้คาบตัวเจ้า และนำหัวใจของเจ้าเอาไปให้จระเข้ตัวเมียกิน"

พอจระเข้พูดอย่างนี้ ลิงก็ตาสว่างกลางแม่น้ำแต่สายไปแล้ว เพราะฉะนั้นลิงต้องตั้งสติ **สติมาปัญญาเกิด สติเตลิดมักเกิดปัญหา** ลิงพยายามรู้ลึกไปถึงความในใจของจระเข้ ก็ทราบว่าจระเข้รักเมียมาก อยากได้หัวใจลิง ฉะนั้นลิงพูดเอาใจจระเข้ว่า "เราเห็นใจเจ้าที่รักเมียอยากให้เมียได้กินหัวใจเรา แต่น่าเสียดายที่เราได้ถอดหัวใจเอาไว้บนต้นมะเดื่อริมฝั่งน้ำ ตอนนี้เราไม่มีหัวใจติดตัวมา"

จระเข้ถามว่า "ทำไมถึงทำเช่นนั้น"

ลิงกล่าวตอบว่า "ก็เพราะเราโดดบนต้นไม้ไปมา หัวใจกระแทกกิ่งไม้ เราจึงถอดหัวใจแขวนไว้บนต้นไม้นั้น เจ้านำเรากลับไปส่งที่ฝั่งแล้วเราจะขึ้นไปเอาหัวใจมาให้เจ้า"

ที่ลิงกล่าวเช่นนั้นได้ ก็เพราะใช้ปัญญาวิเคราะห์ประเมินสถานการณ์รู้ว่าถ้าเถียงกันมาก ลิงจมน้ำตายแน่นอน มีทางเดียวที่จะรอดตายคือต้องพูดกล่อมให้จระเข้พาไปส่งขึ้นบก ผลก็คือจระเข้เชื่อว่าหัวใจลิงแขวนไว้บนต้นไม้ จึงพาลิงขี่หลังว่ายกลับไปส่งขึ้นต้นมะเดื่อ ที่ริมฝั่งเพื่อให้ลิงขึ้นไปนำหัวใจมาให้

ฝ่ายลิงพอขึ้นไปบนต้นมะเดื่อได้ ก็กระโดดโลดเต้นด้วยความดีใจที่รอดตาย

จระเข้ถามว่า "ไหนล่ะหัวใจลิง"

ลิงตอบว่า "เจ้าโง่ มีลิงที่ไหนเก็บหัวใจไว้ข้างนอกตัวได้ มีแต่ลูกมะเดื่อ เจ้าเอาไปให้เมียกินแทนหัวใจลิง" ว่าแล้วก็ระดมปาลูกมะเดื่อใส่หัวจระเข้

ลิงสามารถแก้ปัญหาพาตัวพ้นภัยจากจระเข้ เพราะอาศัยปัญญาวิเคราะห์ จนรู้ลึกไปถึงจิตเจตนาของจระเข้ ด้วยการซักถามสัมภาษณ์หยั่งความคิดของจระเข้ พอวิเคราะห์เสร็จลิงก็ตรวจดูสถานการณ์พบว่าตนจะรอดตายได้อย่างไร มองซ้ายมองขวาเห็นแต่แม่น้ำ เมื่อวิเคราะห์สถานการณ์แล้วเห็นว่าต้องโอนอ่อนผ่อนปรน เรียกว่า ยอมงอดีกว่ายอมหัก ดีกว่าทะเลาะกันแล้วโดนจระเข้ฟาดหางกลางแม่น้ำ ลิงจึงยอมงอ แต่ไม่ยอมหัก คือไม่ยอมจมน้ำ ลิงประเมินสถานการณ์เกิดความรู้รอบ แล้วจึงปรับเปลี่ยนท่าทีเจรจากล่อมจระเข้ให้นำตนไปส่งที่ริมฝั่ง ด้วยข้ออ้างว่าหัวใจแขวนไว้บนต้นไม้ แม้ตอนแรกลิงจะพลาดพลั้งหลงกล ยอมให้จระเข้พาไปกลางแม่น้ำเพราะความโลภอยากจะไปกินผลไม้ที่เกาะกลางน้ำ แต่ตอนหลังพอรู้ทันสถานการณ์ ลิงได้ใช้ปัญญาเจรจาแก้ปัญหาพาเอาชีวิตรอดมาได้

อุทาหรณ์จากเรื่องนี้ ทำให้นึกถึงว่า ผู้บริหารประเทศชาติบ้านเมืองที่มีโอกาสทำผิดพลาดกันได้ ก็ให้ยอมรับความผิดพลาด แล้วยอมงอ ยอมถอย ยอมเปลี่ยนนโยบายเพื่อพาคนส่วนใหญ่ให้รอดจากภัยโควิด ๑๙ ยอมรับที่ตัดสินใจผิดพลาดไป เมื่อผิดพลาดได้ก็แก้ไขได้ เช่นแก้ไขให้มี

วัคซีนเพิ่มขึ้นด้วยวิธีใดก็ได้ ความผิดพลาดเป็นเรื่องธรรมดา สี่เท้ายังรู้พลาด นักปราชญ์ยังรู้พลั้ง ดังที่ลิงโพธิสัตว์ได้ทำผิดพลาด ภายหลังเมื่อประเมินสถานการณ์แล้วเกิดความรู้รอบว่าได้ทำผิดพลาด ผู้บริหารทั้งหลายต้องรีบชักชวนหลายฝ่ายมาช่วยกันแก้ปัญหาที่เกิดจากความผิดพลาด เพราะความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ นี่คือความยืดหยุ่น ยอมงอ ดีกว่ายอมหัก ยอมเสียหน้าบ้างก็ได้ นโยบายที่เคยประกาศไว้ก็เปลี่ยนได้ เหมือนลิงที่เจรจาเปลี่ยนนโยบายกับจระเข้กลางแม่น้ำ

เพราะฉะนั้น ปัญญาช่วยให้รู้รอบ รู้ลึกแล้วปรับเปลี่ยนนโยบายแบบยืดหยุ่น ก็จะไม่จมน้ำตายจนถูกจระเข้กิน คนที่มีปัญญารู้รอบ รู้ลึก ก็เหมือนกิ่งไม้สด ที่ยอมงอแล้วดีดกลับมาอย่างเดิม คนฉลาดเรียนรู้จากความผิดพลาดของตน ถือว่าผิดเป็นครู ตอนนี้ต้องคิดหาทางแก้ปัญหาการขาดแคลนวัคซีนให้ได้ คิดว่าทำอย่างไรถึงจะได้รับความร่วมมือจากประชาชนในการปฏิบัติตามนิวนอร์มอล เรียกว่ามีการปรับเปลี่ยนนโยบาย และมีความหลากหลายในการปฏิบัติ เหมือนลิงโพธิสัตว์ที่อยู่บนหลังจระเข้กลางแม่น้ำ ยังเอาตัวรอดมาได้ด้วยปัญญา คนไทยวันนี้แม้จะเผชิญปัญหาโควิด ๑๙ ระบาดหนัก บวกกับปัญหาข้าวยากหมากแพงท่วมทับ ให้ยอมงอแต่อย่ายอมหัก ใช้ปัญญาคือรู้รอบรู้ลึกแก้ไขปัญหาให้ทันท่วงที ดังพระบาลีนิกเขปบทที่ยกไว้ ณ เบื้องต้นว่า **"ปญฺญาสหิโต นโร อิธ"** เป็นต้น แปลความว่า **"คนในโลกนี้ ประกอบด้วยปัญญาแล้ว แม้เมื่อมีความทุกข์ก็ประสบสุขได้"** นั่นคือ สุขได้เมื่อภัยมา ไม่โศกาเมื่อภัยมี ดังวิสัชนามา พอสมควรแก่เวลา

เทสนาปริโยสาเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ **รตนตฺยานุภาเวน รตนตฺยเตชสา** ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และบุญกุศลที่เกิดจากธัมมัสสวนมัยการฟังธรรมนี้ ขอจงมารวมกันเป็นตบะ เป็นเดชะ เป็นพลวปัจจัย อำนวยอวยพรให้ท่านทั้งหลาย จงปราศจากทุกข์ โศก โรค ภัย โดยเฉพาะโควิดภัย มีความสุข ความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป ในร่มธรรมแห่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจริญยิ่งด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ ธรรมสารสมบัติ ธนสารสมบัติ ปรารถนาสิ่งใดที่ชอบประกอบด้วยธรรม ขอให้ความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จ สมมโนรถมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนา ใน**สุขวิทนกถา ว่าด้วยสุขได้แม้ภัยมา** พอสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้



ประวัติพระพรหมบัณฑิต
(ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

ประวัติพระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

เกิด ๑๗ กันยายน ๒๔๙๘

อุปสมบท ณ วัดพระศรีรัตนศาสดาราม ๔ กรกฎาคม ๒๕๑๙

วุฒิการศึกษา ป.ธ. ๙ (ขณะเป็นสามเณร), พธ.บ. (เกียรตินิยมอันดับ ๑),
M.A., M.Phil., Dip.in French, Ph.D (Philosophy)

ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง

- เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร
- กรรมการมหาเถรสมาคม
- ศาสตราจารย์ สาขาปรัชญา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- อุปนายกสภามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ราชบัณฑิตกิตติมศักดิ์ ประเภทวิชาปรัชญา
- ประธานศูนย์พระปริยัตินิเทศก์แห่งคณะสงฆ์
- ประธานสภาสากลวันวิสาขบูชาโลก (ICDV)
- ประธานสมาคมมหาวิทยาลัยพุทธศาสนานานาชาติ (IABU)
- ประธานคณะอนุกรรมการจัดทำพระไตรปิฎกฉบับภาษาอังกฤษ
- ปฏิบัติหน้าที่ประธานศูนย์เผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ

เคยดำรงตำแหน่ง

- อธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (๒๐ ปี)
- เจ้าคณะภาค ๒ (๒๐ ปี)

สมณศักดิ์

พ.ศ. ๒๕๓๒ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญที่ พระเมธีธรรมาภรณ์

พ.ศ. ๒๕๓๙ เป็นพระราชาคณะชั้นราช ที่ พระราชวรมุนี

พ.ศ. ๒๕๔๓ เป็นพระราชาคณะชั้นเทพ ที่ พระเทพโสภณ

พ.ศ. ๒๕๔๘ เป็นพระราชาคณะชั้นธรรม ที่ พระธรรมโกศาจารย์

พ.ศ. ๒๕๕๕ เป็นพระราชาคณะเจ้าคณะรอง ชั้นหิรัณยบัฏ ที่ พระพรหมบัณฑิต

ปริญญากิตติมศักดิ์

- ได้รับปริญญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาปรัชญาการศึกษา จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พ.ศ. ๒๕๔๑
- ได้รับปริญญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาปรัชญาและศาสนา จากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ พ.ศ. ๒๕๔๔
- ได้รับปริญญาศาสนศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาพระพุทธศาสนา จากมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๔๗
- ได้รับปริญญาศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาการบริหารองค์การ จากมหาวิทยาลัยศรีปทุม พ.ศ. ๒๕๔๗
- ได้รับปริญญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาภาษาอังกฤษ จากสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง พ.ศ. ๒๕๕๒
- ได้รับปริญญาศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ จากมหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล พ.ศ. ๒๕๕๒
- ได้รับปริญญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขามนุษยศาสตร์ (Humane Letters) จากมหาวิทยาลัยพุทธศาสนา เวียดนาม พ.ศ. ๒๕๕๔
- ได้รับปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาปรัชญา จากมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ พ.ศ. ๒๕๕๕
- ได้รับปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาปรัชญา จากมหาวิทยาลัยบูรพา พ.ศ. ๒๕๕๖
- ได้รับสมณศักดิ์ที่ “อัคคมหาบัณฑิต” จากคณะสงฆ์และรัฐบาลประเทศเมียนมา พ.ศ. ๒๕๕๙
- ได้รับปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาวิชาการบริหารการศึกษา จากมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา พ.ศ. ๒๕๕๙
- ได้รับปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาวิชาการบริหารการศึกษา จากมหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี พ.ศ. ๒๕๖๑

ผลงานเป็นหนังสือที่จัดพิมพ์เผยแพร่

พ.ศ. ๒๕๒๖	(๑) เปรียบเทียบแนวคิดพุทธทาสกับซาตร์
พ.ศ. ๒๕๓๐	(๒) พระพุทธประวัติ

พ.ศ. ๒๕๓๑ (๓) Sarte's Existentialism and Early Buddhism
พ.ศ. ๒๕๓๒ (๔) A Buddhist Approach to Peace (พุทธวิธีสร้างสันติภาพ)
(๕) ไตรลักษณ์ในชีวิตประจำวัน
พ.ศ. ๒๕๓๓ (๖) พุทธศาสนากับปรัชญา
(๗) ระเบียบการปกครองคณะสงฆ์ไทย
(๘) ปรัชญากรีก
พ.ศ. ๒๕๓๔ (๙) พัฒนาชีวิตด้วยแนวคิดเชิงคุณธรรม
(๑๐) พรใดก็ไร้ค่าถ้าไม่ทำ
พ.ศ. ๒๕๓๕ (๑๑) ด้วยความหวังและกำลังใจ
(๑๒) กรรม การเวียนว่ายตายเกิด
(๑๓) ธรรมานุสรณ์วีรชนประชาธิปไตย
พ.ศ. ๒๕๓๖ (๑๔) คุณธรรมสำหรับนักบริหาร
(๑๕) ทางแห่งความสำเร็จ
(๑๖) ปรัชญาแก้เซ็งและสร้างสุข
(๑๗) ทำความดีมีความสุข
(๑๘) ธรรมเพื่อชีวิตใหม่
(๑๙) มองสังคมไทย
พ.ศ. ๒๕๓๗ (๒๐) ปรัชญากรีก : บ่อเกิดภูมิปัญญาตะวันตก
(๒๑) ความรักในหน้าที่
(๒๒) อภิธรรมาวตาร (ประธานคณะผู้ปริวรรต)
(๒๓) อยู่อย่างไรให้เป็นสุข
(๒๔) Buddhist Morality
พ.ศ. ๒๕๓๘ (๒๕) สุขภาพใจ
(๒๖) สติในชีวิตประจำวัน
(๒๗) วิมุตติมรรค (ประธานคณะผู้แปล)
(๒๘) สร้างฝันให้เป็นจริง
(๒๙) ธรรมะและการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม
(๓๐) จรรยาบรรณของข้าราชการ
(๓๑) การควบคุมสัญชาตญาณ

พ.ศ. ๒๕๓๙	(๓๒)	มธุรตฺถปกาสินี นาม มิลินฺทปญฺหฏีกา (ประธานปริวรรต)
	(๓๓)	การบำเพ็ญและสร้างสมบารมี
	(๓๔)	พระพุทธศาสนาในยุคโลกาภิวัตน์
	(๓๕)	ธรรมมงคลแห่งชีวิต
	(๓๖)	อนุทินธรรมะ : ธรรมะสำหรับ ๓๖๕ วัน
	(๓๗)	พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (ประธานบรรณาธิการ)
พ.ศ. ๒๕๔๐	(๓๘)	มณีแห่งปัญญา
	(๓๙)	ขอบฟ้าแห่งความรู้
พ.ศ. ๒๕๔๑	(๔๐)	ปลุกปลอบใจในยามวิกฤต
	(๔๑)	วิทยาศาสตร์ในทรรศนะของพระพุทธศาสนา
	(๔๒)	Educating or Balance : A Buddhist Perspective (พุทธทัศนะ : การศึกษาเพื่อความสมดุล)
พ.ศ. ๒๕๔๒	(๔๓)	พระธรรมเทศนากัณฑ์พิเศษ
	(๔๔)	เพื่อน
	(๔๕)	การคณะสงฆ์กับ พ.ร.บ. การศึกษาแห่งชาติ
พ.ศ. ๒๕๔๓	(๔๖)	จักรพรรดิธรรม
	(๔๗)	กระบวนการเรียนรู้ในพระพุทธศาสนา
	(๔๘)	A Buddhist Worldview (โลกทัศน์ของชาวพุทธ)
พ.ศ. ๒๕๔๕	(๔๙)	กรอบความคิดในการจัดทำสาระการเรียนรู้พระพุทธศาสนาในหลักสูตรใหม่
พ.ศ. ๒๕๔๖	(๕๐)	พุทธธรรมเพื่อการพัฒนา
	(๕๑)	ทิศทางการศึกษาไทย
	(๕๒)	Buddhism in Contemporary Thailand (พระพุทธศาสนาในประเทศไทยสมัยปัจจุบัน)
	(๕๓)	วัดประยุรวงศาวาสวรวิหารกับราชนิกุลบุนนาค
พ.ศ. ๒๕๔๗	(๕๔)	International Recognition of the Day of Vesak (วิสาขบูชา วันสำคัญสากลของสหประชาชาติ)
	(๕๕)	มหาราชนักปฏิรูป
	(๕๖)	พระพุทธศาสนา : การวิจัย

พ.ศ. ๒๕๔๘	(๕๗)	ธรรมรักษาใจสู้ภัยสึนามิ
	(๕๘)	อานุภาพพระปริตร
	(๕๙)	พุทธวิธีบริหาร
	(๖๐)	การเผยแผ่เชิงรุก
พ.ศ. ๒๕๕๐	(๖๑)	พระพุทธศาสนากับความสมานฉันท์แห่งชาติ
	(๖๒)	ธ ทรงครองแผ่นดินโดยทศพิธราชธรรม
	(๖๓)	สมาธิในชีวิตประจำวัน
	(๖๔)	ดวงตาเห็นธรรม
พ.ศ. ๒๕๕๑	(๖๕)	ทำอย่างไรจึงเรียนเก่ง
	(๖๖)	กว่าจะมีวันนี้
	(๖๗)	พุทธวิธีครองรักครองเรือน (Dharma for Love and Marriage)
	(๖๘)	สืบสานตำนานสาริกาป้อนเหยื่อ
	(๖๙)	สาระนโยบายพระสอนศีลธรรมในโรงเรียน
พ.ศ. ๒๕๕๒	(๗๐)	วิธีบูรณาการพระพุทธศาสนากับศาสตร์สมัยใหม่
	(๗๑)	พระพุทธศาสนากับฟิสิกส์ควอนตัม : ความเหมือนที่แตกต่าง
	(๗๒)	พระพุทธศาสนาและวิทยาศาสตร์สร้างสรรค์วัฒนธรรมแห่งปัญญา
พ.ศ. ๒๕๕๓	(๗๓)	ทำไมเรารักพระเจ้าอยู่หัว
	(๗๔)	หัวใจพระพุทธศาสนา (The Heart of the Buddhist Teaching)
	(๗๕)	ปัญญาต้องคู่กับกรุณาจึงจะพาชาติรอด
	(๗๖)	หนังสือแบบเรียนรายวิชาพระพุทธศาสนา ชั้น ป.๑ - ม.๖ (ประธานกรรมการจัดทำ)
พ.ศ. ๒๕๕๔	(๗๗)	ก้าวข้ามวิกฤตโดยเลือกตั้งให้สุจริตเที่ยงธรรม
	(๗๘)	ยุทธศาสตร์ในการพัฒนามหาวิทยาลัยสงฆ์
พ.ศ. ๒๕๕๕	(๗๙)	การศึกษาเพื่อสันติสุขของสังคมไทย
	(๘๐)	หลักการและวิธีการเทศน์
พ.ศ. ๒๕๕๖	(๘๑)	พระธรรมเทศนา ๕๗ กัณฑ์
	(๘๒)	สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส กับการปฏิรูปการศึกษาพระพุทธศาสนา

พ.ศ. ๒๕๕๗ (๘๓) ธรรมราชา (มีฉบับแปลเป็นภาษาจีน)
(๘๔) ธรรมส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่
พ.ศ. ๒๕๕๘ (๘๕) วิปัสสนากรรมฐาน (Vipassana Meditation)
(๘๖) การปฏิรูปกิจการพระพุทธศาสนา
(๘๗) พระธรรมเทศนา ๖๑ กัณฑ์
(๘๘) ภาพชีวิต
(๘๙) พระธรรมเทศนาในอเมริกา (มีฉบับแปลเป็นภาษาจีน)
พ.ศ. ๒๕๕๙ (๙๐) สุจริตธรรมกถา (มีฉบับแปลเป็นภาษาอังกฤษ)
(๙๑) ธรรมของนักบริหารธุรกิจ
(๙๒) หลักธรรมกับแนวคิดในการผลิตบัณฑิต
พ.ศ. ๒๕๖๐ (๙๓) ศาสตร์พระราชา
(๙๔) Common Buddhist Text : Guidance and Insight from the Buddha (Chief Editor)
พ.ศ. ๒๕๖๑ (๙๕) พระไตรปิฎกฉบับสากล : วิถีธรรมจากพุทธปัญญา (ประธานบรรณาธิการแปล)
(๙๖) มจร ๔.๐ ในยุคประเทศไทย ๔.๐
(๙๗) จิตอาสากับการพัฒนาที่ยั่งยืน
พ.ศ. ๒๕๖๒ (๙๘) ศาสนากับเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (SDGs)
(๙๙) ๑๙๐ ปี วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร (ประธานบรรณาธิการ)
พ.ศ. ๒๕๖๓ (๑๐๐) พระธรรมเทศนา ภูมิกถา
(๑๐๑) พหุปการกถา ว่าด้วยความรู้รักสามัคคีมีอุปการะมาก
พ.ศ. ๒๕๖๔ (๑๐๒) พระพุทธศาสนากับการพัฒนาที่ยั่งยืน
(๑๐๓) หลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนากับหลักสูตรต้านทุจริตศึกษา (Anti-Corruption Education) (ประธานคณะผู้จัดทำ)
(๑๐๔) โควิทกถา รวมเทศนาในสถานการณ์โควิด

พิมพ์เป็นธรรมบรรณาการ
ในโอกาสบำเพ็ญกุศลอายุวัฒนมงคล ๖๖ ปี
ของพระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)
๑๖ - ๑๗ กันยายน ๒๕๖๔

โควิทกถา รวมเทศนาในสถานการณ์โควิด

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

บรรณาธิการ
พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

กองบรรณาธิการ
พระครูโสภณปริยัตยานุกิจ, พระมหาผล วิเชฏฺฐสมโณ,
พระมหาสุรชัย สุรทสฺสี, พระปลัดยรรยงค์ ยสวฑฺฒโก,
พระประสงค์ ฐิตธมฺโม, นายกล้าณรงค์ จิตรมุง, นายทรงศักดิ์ ชวศุภกุล

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : กันยายน ๒๕๖๔ **จำนวน ๑๐,๐๐๐ เล่ม**
ISBN 978-616-586-449-7

อุปถัมภ์การจัดพิมพ์โดย : มูลนิธิสิริวัฒนภักดี
บริษัท ไทยเบฟเวอเรจ จำกัด (มหาชน)
โดย คุณเจริญ - คุณหญิงวรรณา สิริวัฒนภักดี และครอบครัว

ออกแบบและพิมพ์ที่ : บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน)
๓๗๖ ถนนชัยพฤกษ์ แขวงตลิ่งชัน เขตตลิ่งชัน กรุงเทพฯ ๑๐๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๒๔๒๒ ๙๐๐๐, ๐ ๒๘๘๒ ๑๐๑๐
โทรสาร ๐ ๒๔๓๓ ๒๗๔๒, ๐ ๒๔๓๔ ๑๓๘๕
E-mail: aprint@amarin.co.th
Website: www.amarin.co.th





โควิทโรคูปสมคาถา

รตนตฺตยานุภาเวน	สพฺพเทวาน เตชสา
อุปฺปนฺโน โควิโท โรโค	สฺยามรฏฺเฐ วินสฺสตุ
ราชปุญฺญานุภาเวน	ทสปารมิตาหิ จ
อาโรคิยสุขญฺเจว	สทา โสตฺถี ภวนฺตุ เต ฯ

มูลนิธิสิริวัฒนภักดี และบริษัท ไทยเบฟเวอเรจ จำกัด (มหาชน)

จัดพิมพ์ถวายเป็นธรรมทาน

โควิทกถา รวมเทศนาในสถานการณ์โควิด พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)